



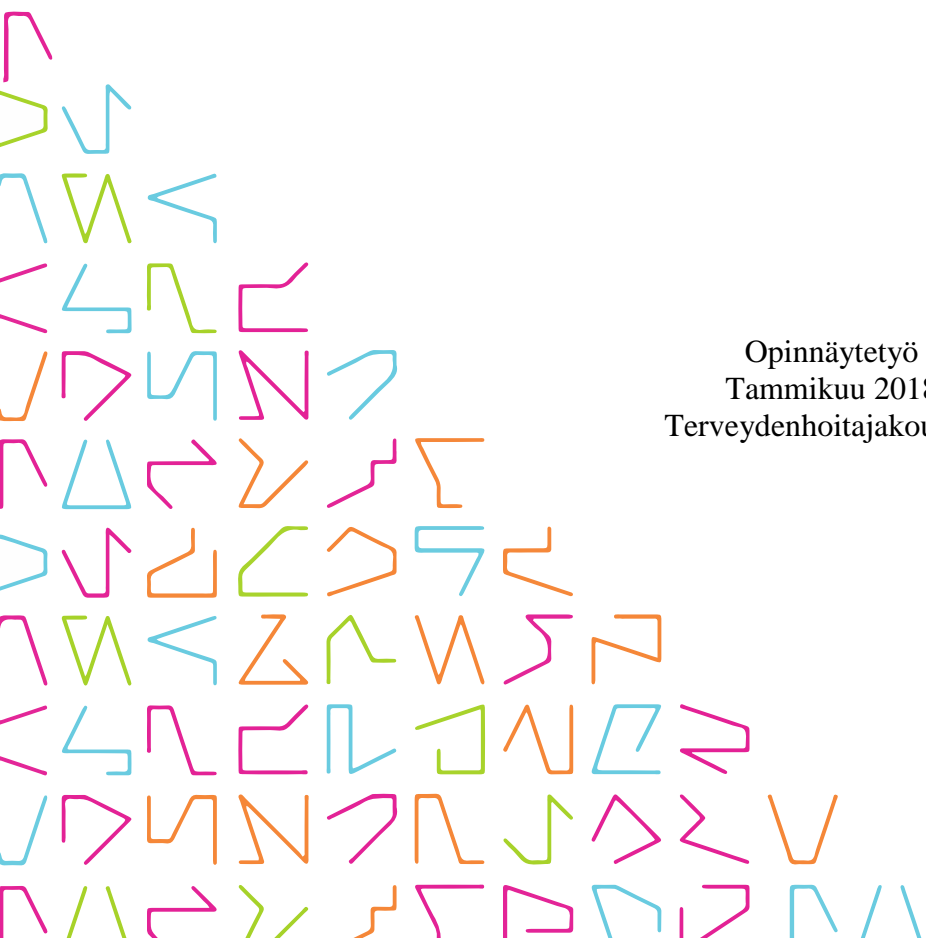
Terveydenhoitaja etävanhemmuutta tukemassa

Vertaistukiryhmä eronneille isille

Lotta Jämiä

Anniina Tenhunen

Opinnäytetyö
Tammikuu 2018
Terveydenhoitajakoulutus



TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Terveystenhoitajakoulutus

JÄMIÄ, LOTTA & TENHUNEN, ANNIINA:
Terveystenhoitaja etävanhemmuutta tukemassa
Vertaistukiryhmä eronneille isille

Opinnäytetyö 45 sivua, joista liitteitä 2 sivua
Tammikuu 2018

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää vertaistukiryhmä eronneille etävanhempina toimiville isille. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä terveydenhoitajien ja muiden eroperheiden kanssa työskentelevien ammattilaisten tietoa etä-isyydestä sekä valmiuksia isyyden tukemiseen eron jälkeen. Vertaistukiryhmän tarkoituksena oli tarjota vertaistuen avulla osallistujille mahdollisuus kerryttää voimavaroja ja saada tukea etävanhemmuuteen. Toiminnallinen opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Tampereen kaupungin Perheiden talon sekä Tampereen Miessakit ry:n kanssa.

Opinnäytetyön teoreettiset lähtökohdat olivat isyyden käsite, isyyden tukeminen terveydenhoitajan työssä, avioero ja huoltajuus Suomessa, eron jälkeinen isyys, etä-isyyys sekä vertaistuki ryhmässä. Teoreettisten lähtökohtien tarkoituksena oli tuottaa lisää tietoa terveydenhoitajille etä-isyydestä ja isien kohtaamisesta. Opinnäytetyön toiminnallisena tuotoksena toteutettiin viisi vertaistukitapaamista etä-isille Perheiden talolla Tampereella. Tapaamiset sisälsivät etävanhemmuuteen liittyvien teemojen käsittelyä sekä isien omien kokemusten jakamista.

Vertaistukiryhmässä saadusta suullisesta ja kirjallisesta palautteesta kävi ilmi, että ryhmämuotoinen vertaistuki on isille sopiva tuen muoto. Havainnot terveydenhuollossa osoittavat, että eniten tukea tarvitsevia isiä on vaikea saada avun piiriin. Tämä näkyi myös käytännössä opinnäytetyön toiminnallisen osuuden toteutuksessa. Isiä tulisi tukea ja heidät tulisi ottaa huomioon terveydenhuollossa entistä paremmin. Isyys on muuttunut viime vuosikymmenten aikana paljon ja nykyään isät haluavat osallistua yhä enemmän lastensa elämään eron jälkeenkin. Lisätutkimusta tarvittaisiin siitä, minkälaista tukea isät kaipaavat ja miten heidät saataisiin houkuteltua avun piiriin nykyistä aiemmin.

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Public Health Nursing

JÄMIÄ, LOTTA & TENHUNEN, ANNIINA:
Public Health Nurse Supporting Non-Resident Parenthood
A Peer Support Group for Divorced Fathers

Bachelor's thesis 45 pages, appendices 2 pages
January 2018

The aim of this study was to arrange a peer support group for divorced fathers, whose children primarily live with their mothers. The purpose of this peer support group was to provide the fathers a chance to discuss about non-resident fatherhood and get support for parenthood. This study had a functional approach and it was conducted in collaboration with Tampere Perheiden Talo and Tampere Miessakit ry organizations.

The theoretical bases of this study covered the concept of fatherhood, supporting fatherhood in public health nursing, divorce and custody in Finland, fatherhood after divorce, non-resident fatherhood and peer support in a group. The functional outcome of the study process was five peer support meetings for non-resident fathers at Tampere Perheiden Talo.

The concrete result of this study was the peer support group meetings which included sharing experiences and themes concerning non-resident fatherhood. During the study process it turned out that peer support is a suitable form of support for fathers. Observations in health care point out that the fathers who need the most support are hard to reach which was also seen in the study process. Fathers should be supported even more in health care. A suggestion for further study is to examine what kind of support fathers need and how they would be reached out at even earlier stage.

Key words: paternity, non-resident parents, peer support

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TEHTÄVÄT	6
3	ISYYS	7
3.1	Isyys käsitteenä	7
3.2	Isäksi tuleminen	8
3.3	Isyyden tunnustaminen	9
4	PARISUHTEEN PÄÄTTYMINEN JA HUOLTAJUUS	12
4.1	Avioero ja siihen johtavia syitä	12
4.2	Huoltajuus	14
5	ISYYS ERON JÄLKEEN	16
5.1	Erokriisi ja sen vaikutuksia isyyteen.....	16
5.2	Etä-isyys ja sen haasteet	17
6	TERVEYDENHOITAJA ISYYTTÄ TUKEMASSA.....	19
6.1	Isyyden tukeminen terveydenhoitajan työssä	19
6.2	Isyyden tukeminen eron jälkeen	20
7	VERTAISTUKI RYHMÄSSÄ	23
7.1	Vertaistuki osana voimaantumista	23
7.2	Ryhmädynamiikka ja ohjaajan rooli	24
8	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA RAPORTOINTI	26
8.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	26
8.2	Opinnäytetyöprosessi	27
8.3	Ryhmän suunnittelu	28
8.4	Ryhmän toteutus	29
8.5	Ryhmän arviointi	31
9	POHDINTA.....	34
9.1	Eettisyys ja luotettavuus	34
9.2	Opinnäytetyön arviointi	35
9.3	Opinnäytetyön merkitys terveydenhoitotyölle.....	37
9.4	Jatkotutkimusehdotukset.....	38
	LÄHTEET	39
	LIITTEET	44
	Liite 1. Vertaistukiryhmän ilmoitus	44
	Liite 2. Palautekysely	45

1 JOHDANTO

Isänä oleminen ja isyyteen liittyvät käsitteet ja ihanteet ovat muuttuneet. Etäisemmän isyyden sijaan isiä rohkaistaan nykyään osallistumaan lastensa elämään aktiivisemmin ja heitä kannustetaan läheisempiin suhteisiin lastensa kanssa. Tutkimukset ovat osoittaneet osallistuvamman isyyden tukevan lapsen psyykkistä ja sosiaalista kehitystä myönteisesti. Isyyden tukemiseksi isille ja miehille tulee tarjota mahdollisuuksia myös keskinäiseen vertaisuuteen perustuvaan ajatusten vaihtoon ja tukeen. (Miessakit ry 2015a.) Avioeron jälkeen valtaosa lapsista jää asumaan äitinsä luokse ja isästä tulee etävanhempi. Etä-isyyden myötä isien mahdollisuudet yhteiseen arkeen lapsen kanssa usein vähenevät. (Broberg & Hakovirta 2009, 186.) Lähi- ja etävanhemmuuden käsitteet eivät aina kerro, kuinka läheinen suhde lapseen on (Plihtari 2010, 16).

Tässä opinnäytetyössä käsitellään isyyttä erityisesti etä-isyyden näkökulmasta. Opinnäytetyön viitekehys sisältää materiaalia terveydenhoitajalle isätyön tueksi. Isyydentunnustuksen siirryttyä äitiys- ja lastenneuvolan terveydenhoitajan työtehtäviin, on isän merkitys vanhempana noussut entistäkin ajankohtaisemmaksi aiheeksi terveydenhoitajan työssä. Isän mukanaoloa lapsen kasvussa pidetään edellytyksenä lapsen hyvinvoinnille (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 36). Sosiaali- ja terveysalalla isiä tuetaan nykyään aikaisempaa laajemmin (Miessakit ry 2015a). Edelleen monet isät kuitenkin kokevat, etteivät tule kuulluiksi lapsiperheiden palveluissa (Kekkonen, Lilja & Nieminen 2013, 30).

Opinnäytetyö tehtiin yhteistyössä Tampereen Perheiden talon ja Tampereen Miessakit ry:n kanssa. Perheiden talon asiakkaalta oli tullut toive isille suuntautuvasta toiminnasta. Aihetta lähdettiin ideoimaan yhdessä Miessakkien kanssa ja heiltä lähti ajatus vertaistukiryhmästä etä-isille. Opinnäytetyön metodiksi muodostui toiminnallinen metodi. Opinnäytetyön toiminnallisena tuotoksena on Perheiden talolla järjestettävä vertaistukiryhmä eronneille etä-isille. Vertaistukiryhmässä käydään narratiivisesti läpi jokaisen osallistujan omaa henkilökohtaista tarinaa.

2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE, TARKOITUS JA TEHTÄVÄT

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä terveydenhoitajien ja muiden eroperheiden kanssa työskentelevien ammattilaisten tietoa etä-isyydestä sekä valmiuksia isyyden tukemiseen eron jälkeen. Opinnäytetyön tarkoituksena on järjestää vertaistukiryhmä eronneille etä-vanhempina toimiville isille Perheiden talolla Tampereella.

Vertaistukiryhmän tavoitteena on isien voimaantuminen ja keinojen löytäminen toimivaan etä-isyyteen. Vertaistukiryhmän tarkoituksena on tarjota vertaistuen avulla osallistujille mahdollisuus kerryttää voimavaroja ja saada tukea etävanhemmuuteen.

Opinnäytetyön tehtävät:

1. Kuvata millaista isyys on eron jälkeen.
2. Tuoda esiin keinoja joiden avulla terveydenhoitaja voi työssään tukea isyyttä.
3. Kuvata miten järjestää toimiva vertaistukiryhmä.

3 ISYYS

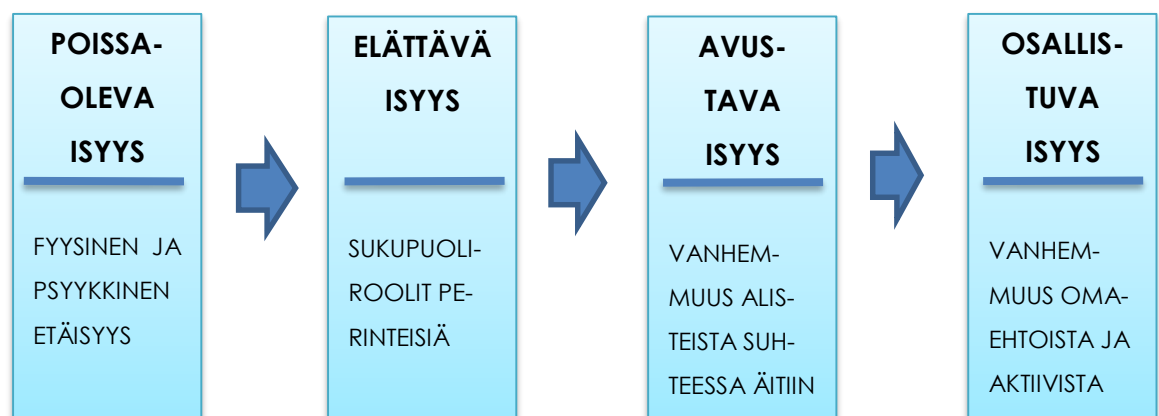
3.1 Isyys käsitteenä

Isyyttä on monenlaista. Arkipuheessa isällä tarkoitetaan lapsen miespuolista vanhempaa ja isyydellä miehen vanhemmuutta. Nämä määritelmät eivät kuitenkaan auta tuomaan esiin isänä olon ja isyyden moninaisuutta. (Eerola & Mykkänen, 2014, 10.) Isyyden eri muotoja ovat biologinen, juridinen, sosiaalinen ja psykologinen isyys (Huttunen 2001, 57-65). Nämä luokittelut eivät sulje toisiaan pois, usein sama mies on isä kaikkien näiden määritelmien mukaan (Eerola & Mykkänen 2014, 11).

Vain isyyden biologinen merkitys on yksiselitteinen, muut isyyden muodot ovat huomattavasti vaikeatulkintaisempia (Huttunen 2001, 58). Biologinen isyys tarkoittaa sitä, että lapsi on saanut alkunsa isänsä sukusoluista ja lapsi perii puolet geeneistään isältään (Tuomi 2008, 30). Juridinen isä on lapsen laillinen huoltaja (Pernu & Pohjola 2011, 13). Äidin aviomies on isyysolettaman mukaan lapsen juridinen isä. Naimattomilla pariskunnilla juridisen isyyden vahvistamiseksi vaaditaan isyyden tunnustaminen. Juridisen isyyden kautta lapselle vahvistuu oikeus isänsä sukuun ja sukuasemaan, oikeus isänsä nimeen ja oikeus saada elatusta isältään sekä oikeus perintöoikeuteen. Sosiaalinen isyys tarkoittaa lapsen kanssa asumista, lapsesta huolehtimista sekä arkielämää yhdessä lapsen kanssa. Sosiaaliselle isyydelle on tyypillistä, että myös ulkopuoliset näkevät miehen lapsen isänä. Sosiaalinen isä on yleensä myös biologinen ja juridinen isä, mutta myös pelkkä sosiaalinen isyys on mahdollista. Psykologinen isyys määrittyy sen kautta, ketä lapsi pitää isänään. Psykologinen isyys merkitsee kiintymyssuhdetta isän ja lapsen välillä. (Tuomi 2008, 30.)

Isyys on viime vuosien aikana kokenut suuria muutoksia (Kekkonen ym. 2013, 7). Etäisemmän isyyden sijaan nykyään isä rohkkaistaan osallistumaan lastensa elämään sekä kannustetaan luomaan läheisiä suhteita lapsiinsa (Miessakit ry 2015a). Isyys on yhä enemmän tasavertaisempaa ja osallistuvampaa vanhemmuutta (Kekkonen ym. 2013, 7). Isän asema huolen pitäjänä on siirtymässä lasta hoitavan isän suuntaan (Carlson, Kendall & Edleson 2016, 184). Isyydestä puhutaan nykyään useammin samalla tavalla kuin äitiydestä. Termit kuten hoiva, huolenpito, läsnäolo ja vastuunotto ovat nykyään liitettävissä myös isyyteen. (Pernu & Pohjola 2011, 11.)

Teoksessaan Pernu & Pohjola (2011, 12) ovat tulkinneet Huttusen (2001) kirjan pohjalta isyyden muutosta neljällä käsitteellä. On ilmeistä, että poissaolevia, elättäviä, avustavia ja osallistuvia isiä on ollut aina. Poissaolevaa isyyttä esiintyi paljon sotien aikana. Tämä tarkoittaa sitä, ettei isä ole fyysisesti läsnä. On myös mahdollista, että isä on fyysisesti läsnä, mutta henkisesti poissaoleva. Elättävä isyys oli tyypillistä 1950-1970-luvuilla. Elättäjäisiä huolehtii perheen elatuksesta. Tällaista isyyttä on edelleen, mutta enää se ei ole yleisin isyyden muodoista. (Pernu & Pohjola 2011, 12.) Perheen elättäjän roolin koe-taan edelleen kuuluvan hyvään isyyteen, vaikka se ei enää olekaan isän pääasiallinen tai ainoa tehtävä (Mykkänen 2010, 18-19). Avustava isyys alkoi yleistyä 1970-luvulla. Tällä tarkoitetaan sitä, että isä on avustavana osapuolena lasten ja kodin hoidossa. Avustavan isyyden myötä alettiin siirtyä kohti osallistuvaa isyyttä. Tällaisille isille osallistuminen lapsen liittyvien asioiden hoitoon on itsestään selvää. Suomalainen isyyskulttuuri muut-tuu jatkuvasti ja isät osallistuvat entistä enemmän lastensa kasvatukseen. (Pernu & Poh-jola 2011, 12-13.) Kuviossa 1 kuvataan vuosien aikana tapahtunutta isyyden muutosta.



KUVIO 1. Isyyden muutos (Pernu & Pohjola 2011, 12; muokattu)

3.2 Isäksi tuleminen

Tulevalla isällä vanhemmuuteen siirtymisen prosessi on erilainen äidiksi tulemiseen verrattuna. Isä ei koe samanlaisia fysiologisia muutoksia kuin tuleva äiti raskauden aikana, joten isän roolin omaksuminen tapahtuu enimmäkseen mielen tasolla. (Väestöliitto 2014.) Jokaisella isällä on oma henkilö- ja elämänhistoriansa, kehityskulkunsa ja tapansa toteuttaa isyyttään (Mykkänen 2010, 14). Isäksi tuleminen on suuri elämänmuutos ja siihen

liittyy usein ahdistusta, pelkoa ja huolta (Salzmann-Erikson & Eriksson 2013, 381). Mieheen kohdistuvat odotukset saattavat olla ristiriidassa sen kanssa, mitä mies kokee, mitä hän tuntee ja haluaa. Mies saattaa saada liian vähän tukea, neuvoja ja ohjausta puolisoitaan ja lähiympäristöltään. (Mykkänen 2010, 35-36.) Vaikeuksia saattaa tuottaa sopeutuminen uuteen elämäntilanteeseen sekä oman paikan ja isänä olemisen tavan löytäminen (Eerola & Mykkänen 2014, 15). Tuki on tärkeää erityisesti ensimmäistä lastaan odottaville isille (Hakulinen, Onwen-Huma, Varsa, Pulkkinen & Sandt 2016, 17).

Isyys voi muuttaa miestä ja hänen elämäänsä monella tapaa. Muutos ei tapahdu vain miehessä itsessään, vaan tämän jälkeen miestä katsoo uusin silmin koko ympärillä oleva yhteisö. (Mykkänen 2010, 34.) Vanhemmuus ei synny kuitenkaan hetkessä, eikä se ole pysyvä ominaisuus. Vanhemmuus on elinikäinen prosessi, joka muotoutuu yksilön ja ympäristön keskinäisessä vuorovaikutuksessa. (Miessakit ry 2015a.) Mitä vahvempi isyysidentiteetti miehellä on, sitä sitoutuneempia miehet ovat lapsiinsa ja isyyteensä. Kaikilla miehillä isyys ei kuitenkaan asetu osaksi identiteettiä, vaan isyys saattaa olla pelkästään silloin tällöin otettu rooli. (Mykkänen 2010, 25.)

Miesten isäksi tulon lähtökohdat sekä kokemukset ovat moninaisia ja kokemuksissa on paljon eroja ja yhtäläisyyksiä. Isät ja isyyteen kasvaminen eivät ole samanlaisia kaikilla miehillä. Kansalliset ja kansainväliset tutkimukset osoittavat, että useimpien miesten elämä muuttuu myönteiseen suuntaan isäksi tulon jälkeen. (Mykkänen 2014, 32, 46.) Isyyden tuomia positiivisia muutoksia ovat muun muassa itsekkyuden vähentyminen, työstä nauttimisen lisääntyminen sekä masentuneisuuden ja stressin vähentyminen (Wells 2016). Kaiken kaikkiaan isyys koetaan yleensä palkitsevana ja antoisana, mikä näkyy sekä positiivisina että negatiivisina tunnekokemuksina (Mykkänen 2010, 36).

3.3 Isyyden tunnustaminen

Isyys voi syntyä eri tavoilla. Aviomies on avioliittoon syntyneen lapsen isä suoraan avioliiton perusteella ilman erillisiä toimia. (Väestöliitto 2017a.) Mikäli lapsi syntyy avioliiton ulkopuolella, isyyden vahvistaminen edellyttää toimia lapsen vanhemmilta ja viranomaisilta (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinninlaitos 2016). Avioliiton ulkopuolella syntyneen lapsen isän isyys vahvistetaan joko isyyden tunnustamisella tai tuomioistuimen päätök-

sellä (Väestöliitto 2017a). Isyyden tunnustaminen onnistuu raskausaikana, mikäli on selvää, että isyyden tunnustaja on lapsen isä. Äidin on hyväksyttävä isyyden tunnustaminen. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2016.) Mikäli isä ei tunnusta isyyttään, voi äiti halutesaan nostaa kanteen isyyden vahvistamiseksi (Sosiaali- ja terveysministeriö n.d.). Tarvittaessa tuomioistuin velvoittaa osapuolet verikokeeseen (Väestöliitto 2017a). Veri- ja DNA-tutkimusten osoittaessa miehen olevan isä, hän voi tunnustaa isyytensä ennen kuin asia viedään tuomioistuimeen (Sosiaali- ja terveysministeriö n.d.).

Vuonna 2016 voimaan tulleen isyyslain mukaan isyyden tunnustaminen voidaan tehdä äitiysneuvolassa terveydenhoitajan tai kättilön toimesta lastenvalvojan sijaan. Isyys on mahdollista tunnustaa äitiysneuvolassa selvissä tapauksissa, kuten vanhempien asuessa avoliitossa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015.) Lakimuutoksen jälkeen lastenvalvojan hoidettavaksi on jäänyt ne tapaukset, joissa biologisen isyyden suhteen on jotakin epäselvää (Tavi 2015). Lastenvalvoja hoitaa myös lapsen syntymän jälkeen tapahtuvat isyyden tunnustukset (Maistraatit n.d.). Maistraatti vahvistaa isyyden lapsen syntymän jälkeen (Sosiaali- ja terveysministeriö n.d.).

Isyyden vahvistaminen luo isän ja lapsen välille oikeudellisesti pätevän sukulaisuussuhteen, joka merkitään väestörekisteritiedostoon. Lapsella on oikeus saada elatusta isältään kahdeksaantoista ikävuoteen saakka ja sen jälkeen elatusta koulutustaan varten. Lapsi perii myös isänsä ja isänpuoleiset sukulaiset ja heillä on perintöoikeus lapseen nähden. Lisäksi lapsella on oikeus perhe-eläkkeeseen isän kuollessa. (Sosiaali- ja terveysministeriö n.d.)

Äitiysneuvolan ensikäynnillä selvitetään raskaana olevan siviilisääty. Mikäli odottaja ei ole avioliitossa, otetaan isyyden tunnustaminen puheeksi. Vanhemmille on annettava riittävästi tietoa isyyden tunnustamisesta ja sen merkityksestä. Tämä tiedonanto kannattaa jakaa eri käyntien yhteyteen, jotta vanhemmat saavat tietoa ajoissa. Raskauden edetessä vanhemmilta tiedustellaan, ovatko he halukkaita tunnustamaan isyyden neuvolassa. Isyyden tunnustamisen yhteydessä on mahdollista tehdä myös yhteishuoltosopimus. Tunnustaminen ajoitetaan 25. raskausviikon jälkeen. Jotta isyyden tunnustaminen voidaan vastaanottaa neuvolassa, on molempien vanhempien oltava läsnä vastaanotolla. Äidillä ja isällä tulee olla tunnustamisessa mukana henkilöllisyysasiakirjat. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2016.)

Uutta lakia on perusteltu muun muassa isyyden tunnustamismenettelyjen nykyaikaistamisella, asiakas- ja perhekeskeisyyden lisääntymisellä ja vanhemmuuden vahvistumisella. Äitiysneuvolan terveydenhoitajille muutoksen toteuttaminen on vaatinut resurssointia, terveystarkastusohjelman päivittämistä, henkilöstön koulutusta, väestön informointia ja yhteistyökäytäntöjen suunnittelua lastenvalvojien kanssa. Isyyden tunnustamisen siirtyminen äitiysneuvolaan vaatii myös pidennettyä vastaanottoaikaa määräaikaistarkastuksen yhteyteen. Erillistä käyntiä tunnustaminen ei edellytä. Isyyden tunnustaminen on tuonut tilastointiin myös oman spat-koodin. Kokonaisuudessaan uusi tehtävä lisää terveydenhoitajan työtä ja muuttaa työnkuvaa. (Pelkonen & Hakulinen 2015.)

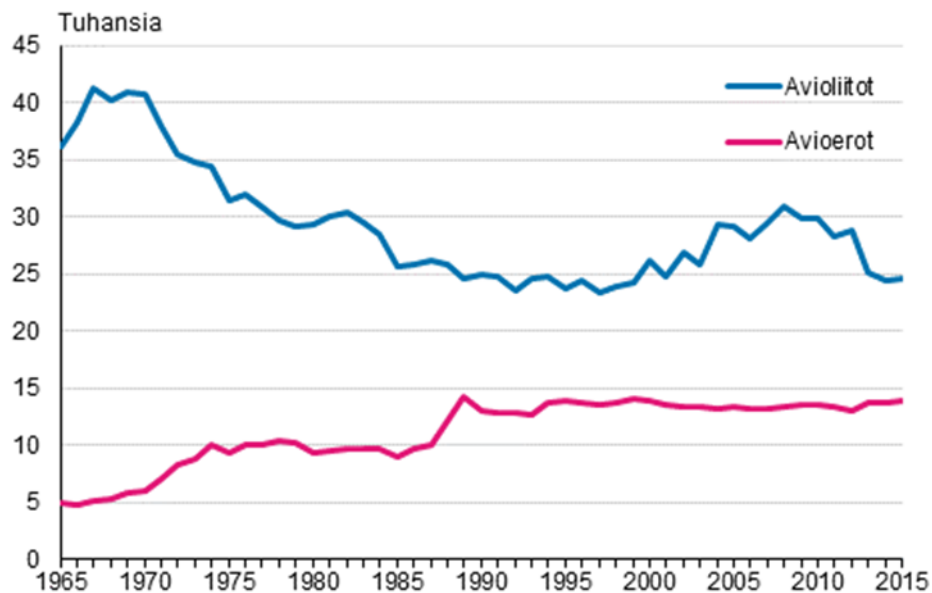
4 PARISUHTEEN PÄÄTTYMINEN JA HUOLTAJUUS

4.1 Avioero ja siihen johtavia syitä

Avioeroa haetaan jommankumman puolison kotikunnan käräjäoikeudesta. Avioeroa voidaan hakea yhdessä tai ilman toista osapuolta. Avioerohakemuksen jättämisestä alkaa kuuden kuukauden harkinta-aika, jonka jälkeen puolisoilla on kuusi kuukautta aikaa uudistaa avioerohakemus tai asia raukeaa. (Väestöliitto 2017b.) Eroa hakeneista kolme neljäsosaa toteuttaa eronsa, mutta joka neljäs peruu hakemuksensa (Kontula 2013, 30). Mikäli puoliset ovat asuneet erillään keskeytyksettä vähintään kaksi vuotta, voidaan avioero myöntää ilman harkinta-aikaa. Avioerosta ei voi kieltäytyä. (Väestöliitto 2017b.)

Suomi on Euroopassa yksi kärkimaista avioerojen lukumäärää tarkasteltaessa (Kauppinen 2013, 7). 1900-luvun alkupuolella avioeroja oli Suomessa vuosittain alle tuhat (Kiiski 2011, 30). Nykyään Suomessa on avioeroja n. 13 000 vuodessa (Kontula 2013, 28). Nämä erot koskettavat yli 20 000 lasta vuosittain (Sund 2005, 13). Kuviosta 2 nähdään, että avioerojen määrä on kasvanut vuodesta 1965 vuoteen 2015 n. 8 000:lla kappaleella. Vuonna 2015 avioerojen määrä lisääntyi, kun se oli edellisenä vuonna vähentynyt. Avioerojen määrä on pysynyt samalla tasolla jo yli 20 vuotta. Eronneisuus aleni alle 30-vuotiailla, mutta 45-64-vuotiailla se oli hieman korkeampaa kuin edellisenä vuonna. Miesten keski-ikä avioerotilanteessa oli vuonna 2015 42,8. Vuonna 2015 tilastojen mukaan henkilön ensimmäinen avioliitto päättyy eroon 39 prosentin todennäköisyydellä. Ensimmäisten avioliittojen keston mediaani oli 10 vuotta. (Tilastokeskus 2016.)

Kiiskin (2011, 33) mukaan avioeronneisuus lisääntyy sitä mukaa, mitä myöhemmin liitot solmitaan. Suomessa on viime vuosina solmittu 5,8 avioliittoa 1000 asukasta kohti. Tämä tarkoittaa lähes 30 000 vuotuista avioliittoa. (Kontula 2013, 28.) Avioerojen määrästä ei ole tarkkoja lukuja, mutta niiden osuus solmittavista avioliitoista tiedetään suhteellisesti suuremmaksi kuin avioliitoista (Kontula 2013, 28). Avioliitot päättyvät eroon paljon herkemmin kuin avioliitot (Kauppinen 2013, 7).



KUVIO 2. Avioliittojen ja avioerojen määrät Suomessa (Tilastokeskus 2016)

Avioero on pitkä prosessi, joka alkaa epätydyttävässä suhteessa elämisestä. Eroon johtavien syiden lista on hyvin pitkä ja vaihteleva. (Kontula 2013, 135, 64.) Kiiskin (2011, 152) ja Koskelan (2012, 136) mukaan keskeisin avioeroon johtava tekijä on läheisyyden puute. Läheisyyden puutteeseen kuuluvat Kiiskin (2011, 153) tutkimuksessa muun muassa seuraavat tekijät: kommunikaatio-ongelmat, suhteen hoitamattomuus, rakkauden ja intohimon puute sekä seksiongelmat. Kaksi muuta altistavaa tekijää ovat puolisoitten erilleen kasvaminen ja puolison itsenäistyminen. Kumppanin itsenäistymishalu voi ilmetä selkeänä pyrkimyksenä päästä pois avioliitosta tai myös epäsuorasti esimerkiksi uskottomuutena. Avioeroon vaikuttavat myös tyytymättömyys puolison käytökseen, oma ongelmallinen käytös ja oma itsenäistyminen. (Kiiski 2011, 152-153.)

Eron laukaisevat tekijät voivat myös olla hetkellisempiä, kuten taloudelliset vaikeudet, uskottomuus tai kasautunut stressi (Kontula 2013, 61). Lapsiperheissä lapsen iällä ei näytä olevan selkeää yhteyttä avioparin erilleen muuttamiseen. Enimmillään erilleen muutto on 2-4- vuotiaiden perheissä ja 16- ja 17- vuotiailla vanhempien eroriski on keskimääräistä pienempi. (Kontula 2013, 30.) Mitä vanhempaa lasten ikäryhmää tarkastellaan, sitä enemmän vanhemmista löytyy eronneita (Kauppinen 2013, 7).

4.2 Huoltajuus

Eri huoltajuusmuodot ovat yhteishuolto, yksinhuolto sekä oheishuolto ja sijaishuolto. Yhteishuoltotilanteessa vanhemmat toimivat yhdessä ja päättävät yhteisesti lapsen liittyvistä asioista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017.) Mikäli lapsen vanhemmat ovat avioliitossa keskenään lapsen syntyessä, he ovat yhdessä lapsen huoltajia. Jos vanhemmat eivät ole avioliitossa lapsen isän isyys on vahvistettava ennen kuin huoltajuus voidaan vahvistaa. (Sosiaali- ja terveysministeriö n.d.) Rajoitettu yhteishuolto tarkoittaa sitä, että tuomioistuin päättää huoltajien välisestä tehtävänjaosta eli antaa päätöksessä huoltajan yksilöityjen tehtävien osalta päätösvallan yksin toiselle vanhemmalle. Tällainen määräys voi koskea päätöksentekoa esimerkiksi terveydenhoitoon tai päivähoitopaikkaan liittyen. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017.)

Yksinhuolto tarkoittaa ainoastaan toisen vanhemman oikeutta tehdä lasta koskevat päätökset. Viranomaiset antavat lasta koskevia tietoja vain lailliselle huoltajalle. Vanhempien sopimuksella tai tuomioistuimen päätöksellä voidaan vahvistaa toisen vanhemman oikeus saada lasta koskevia tietoja. Tuomioistuimen päätöksellä lapsen huolto voidaan uskoa vanhempien ohella tai sijasta yhdelle tai useammalle henkilölle. Oheishuoltaja toimii vanhempien ohella lapsen huoltajana. Mikäli lapsi asuu pysyvästi jonkun muun kuin vanhempansa luona, voi tuomioistuin määrätä lapselle sijaishuoltajan. Tällöin vanhempien huoltosuhde lapseen lakkautetaan. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017.)

Vanhempien eron yhteydessä on ratkaistava, missä lapsi asuu, miten hän tapaa toista vanhempaansa ja valitaanko yhteis- vai yksinhuoltajuus. Suurin osa vanhemmista sopii erotilanteessa keskenään lapsen asumiseen, huoltoon ja tapaamiseen liittyvistä asioista. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017.) Vain pieni osa vanhemmista riitautuu siten, että lapsen huoltajuus joudutaan ratkaisemaan tuomioistuimessa. Erotilanteessa lapsen mielipide on otettava huomioon, kun se on lapsen ikään ja kehitystasoon nähden mahdollista. Riitatilanteissa vanhemmilla on oikeus pyytää apua perheasioiden sovittelijalta. (Santala 2009, 137.)

Suurin osa vanhemmista jatkaa eron jälkeen lapsensa yhteishuoltajina. Huoltomuoto ei vaikuta lapsen tapaamisoikeuteen eikä vanhemman elatusvelvollisuuteen. (Koskela 2009, 26.) Yleensä lapsi jää asumaan äidin kanssa. Etä-äitiyteen suhtaudutaan ankarammin kuin

etä-isyyteen. (Santala 2009, 136.) Huolto- ja tapaamiskäytännöt ovat herättäneet tasa-arvokysymyksiä ja epäilyksiä isien syrjinnästä. Aiheesta on toistaiseksi melko vähän tutkimustietoa. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2017.) Sund (2005, 13-14) kyseenalaistaa suomalaisen erosysteemin ja perinteisen roolikäsityksen isästä tapaajana ja äidistä huoltajana. Sundin mukaan lasten asioiden käsittely erotilanteessa paljastaa ikäikäisten roolikäsitysten elävän vahvasti niin isien, äitien kuin viranomaistenkin mielissä. Sund uskoo viranomaisten toimivan vanhojen roolikäsitysten mukaan, koska niin on aina ennenkin toimittu. Tämän roolikäsityksen mukaan isä nähdään maksajana ja tapaajana kun taas äidille sovitellaan huoltajan roolia.

5 ISYYS ERON JÄLKEEN

5.1 Erokriisi ja sen vaikutuksia isyyteen

Ero on aina kriisi. Kriisin neljä eri vaihetta ovat: sokkivaihe, reaktiovaihe, työstämis- eli käsittelyvaihe ja uudelleen orientoituminen. Sokkivaiheessa tunteet todennäköisesti vaihtelevat laidasta laitaan ja yöunet voivat häiriintyä. Ajatukset ja tunteet pyörivät eron ympärillä. Reaktiovaiheessa eron ymmärtäminen alkaa ja tunnereaktiot nousevat pintaan. Tässä vaiheessa mieli alkaa hiljalleen jäsenellä tapahtunutta ja sen merkitystä. Nämä kaksi kriisin ensimmäistä vaihetta ovat tuskallisimmat. Kun erosta on kulunut viikosta muutamaan kuukauteen, erokriisissä kamppaileva ihminen alkaa tunnistaa, että kriisi on hellittämässä. Työstämisvaiheessa tunteet kuitenkin vaihtelevat edelleen ja ihminen on vuoroin surullinen, vuoroin vihainen. Ihminen voi tuntea myös syyllisyyden tunnetta. Erosta toipumisen merkit eivät aina ole yksiselitteisiä. Toipumisesta kertovia merkkejä ovat muun muassa tapahtuneen hyväksyminen ja kiinnostuksen herääminen uusiin asioihin. Suru ja viha ovat alkaneet hellittää ja elämänhalu on palautumassa. Toipumisaika on yksilöllinen. (Linnankoski & Valtonen 2008, 40-42, 44, 46, 56.) Ero jättää jälkensä, mutta se ei estä jatkamasta elämässä eteenpäin (Koskela 2009, 28).

Lapsen ja toisen vanhemman asuessa erillään vanhempien roolit muuttuvat suhteessa lapseen ja tällöin myös isyys väistämättä kokee muutoksia (Broberg & Hakovirta 2009, 189). Isän erokriisiin liittyy usein huoli lapsen menettämisestä tai yhteisen ajan vähentymisestä (Miessakit 2015b). Eronneiden isien suhde lapsiinsa on ollut pitkään tutkijoiden ja asiantuntijoiden huolenaiheena (Kauppinen 2013, 20). Aikaisemmissa tutkimuksissa on käynyt ilmi, että isän osallisuus lapsen arkeen vähenee eron myötä. Isien näkökulmasta korostuu isän rooli elättäjänä, varsinkin jos isän ja lapsen tapaamiset eivät aina toteudu suunnitellusti. Vanhempien välisellä yhteistyöllä on suuri merkitys isän ja lapsen kannalta. Lasten ja isien yhteydenpitoa etä-isän näkökulmasta on tutkittu Suomessa vähän. (Broberg & Hakovirta 2009, 189.)

Toisille miehille isyys voi eron myötä muuttua kokonaisvaltaisemmaksi ja tuoda hyviä puolia esiin (Miessakit 2015b, Kaskiluoto 2015, 24). Tähän liittyy esimerkiksi kotitöiden tekeminen ja täysi vastuunotto lapsesta. Tämä vahvistaa miehen isä-identiteettiä. Tältä

kannalta ero voi hyödyttää niin isää kuin lastakin. (Miessakit 2015b.) Etä-isyys voi vapauttaa isän arjen rasitteista, jolloin aikaa vapautuu enemmän omaan käyttöön (Plihtari 2010, 80). Perhe-elämän ja aviollisten murheiden puuttumisen myötä isät voivat olla enemmän läsnä. Nämä ovat syitä, joiden vuoksi isät myös kokevat lähentyneensä lapsen kanssa eron jälkeen. Voi olla, että fyysisen läsnäolon puuttuminen saattaa tuoda entistä läheisemmän henkisen yhteyden lapsen kanssa. (Kaskiluoto 2015, 24.) Monille isyyden jatkuminen ja mahdollisuus olla tekemisissä lapsen kanssa riittävästi ovat eron jälkeen suurimmat syyt jatkaa elämää (Miessakit 2015b).

5.2 Etä-isyys ja sen haasteet

Eron jälkeen vanhemmuus jakaantuu yleensä lähi- ja etävanhemmuuteen. Vanhempaa, jonka luona lapsi ei asu, kutsutaan etävanhemmaksi. Tutkimusten mukaan lasten hyvinvointiin positiivisesti yhteydessä oleva etävanhemmuus pystytään jakamaan sosiaaliseen ja psykologiseen sekä taloudelliseen lapsen elämään osallistumiseen. Sosiaalisen sitoutumisen yksi konkreettinen esimerkki on lapsen ja etävanhemman tapaaminen. Taloudellinen vastuu puolestaan tarkoittaa lapsen elatuksesta huolehtimista. (Santala 2009, 138-139; Broberg & Hakovirta 2009, 189.)

Sukupuoli on vahvasti liitettyä etä- ja lähivanhemmuuteen. Mielikuvissa usein näkyy etä-isä ja lähiäiti. (Plihtari 2010, 16.) Yleensä eron jälkeen lapset jäävät asumaan äidin kanssa (Santala 2009, 138-139). Vain vajaa kolme prosenttia suomalaisista perheistä on isän ja lapsen muodostamia (Kauppinen 2013, 30). Niiden lasten osuus, joilla isä on etä-isänä, on kasvanut vuodesta 1997 vuoteen 2005, jolloin etäisiä oli 133 000 (Plihtari 2010, 16). Jos lapsi asuu isänsä kanssa, siihen odotetaan liittyvän jokin erityinen syy, esimerkiksi äidin kyvyttömyys huolehtia lapsesta (Santala 2009, 138-139). Erovanhemmuuden sukupuolittuneisuus onkin liitetty kysymyksiin isän yhtäläisistä oikeuksista ja kyvystä huolehtia lapsesta (Lanne 2014, 18).

Etä-isä on vakiintunut ilmaus, jolla tarkoitetaan lapsestaan erossa asuvaa isää. Käsitteellä ei viitata suhteen laatuun vaan ainoastaan siihen, että lapsella ja isällä on eri asuinpaikka. (Broberg & Hakovirta 2009, 186-187.) Etä-isyttä kuitenkin kuvataan usein negatiivisesti tavoilla, jotka kuvastavat poissaoloa ja huonoa vanhemmuutta (Plihtari 2010, 16). Vaikka

isä ja lapsi eivät asuisikaan yhdessä, säilyvät isän oikeudet ja velvollisuudet siitä huolimatta. Lapsen oikeus on edelleen pitää yhteyttä isäänsä ja isän velvollisuutena on huolehtia lapsensa kasvatukseen ja elatukseen liittyvistä asioista. (Broberg & Hakovirta 2009, 186-187.) Etä-isyyttä tutkivassa tutkimuksessa nousi esiin, että yli 90 % isistä haluaisi osallistua lapsen arkeen enemmän kuin tapaamiskäytännöt mahdollistavat. Isät joutuvat eron myötä luopumaan suuresta osasta lapsen arkea tapaamiskertojen sijoittuessa useimmiten viikonloppuihin. (Broberg & Hakovirta 2014, 118-119.) Etä-isät kaipaavat yhdessäoloa ja muutoksia käsityksiin isien velvollisuuksista ja oikeuksista (Lanne 2014, 11).

Suomessa esiintyy myös lapsen vieraannuttamista toisesta vanhemmasta eron yhteydessä. Tällä tarkoitetaan sitä, että toinen vanhempi käyttäytyy siten, että lapsen vuorovaikutussuhde toiseen vanhempaan vaikeutuu. Tällaisen käyttäytymisen motiivina on yleensä vieraannuttajan kokema viha ja katkeruus entistä puolisoa kohtaan. (Häkkänen-Nyholm 2010.) Tutkimusten mukaan vieraannuttajia ovat sekä äidit että isät. Käytännössä vieraannuttaja kuitenkin on useimmin lähiäiti, joka yrittää hankaloittaa etä-isän ja lapsen suhdetta. (Parkkari 2015.) Vieraannuttaminen vaarantaa lapsen psyykkisen kehityksen ja tähän tulisi kiinnittää enemmän huomiota sosiaali- ja terveysalalla (Häkkänen-Nyholm 2010).

6 TERVEYDENHOITAJA ISYYTTÄ TUKESSA

6.1 Isyyden tukeminen terveydenhoitajan työssä

Perhettä pidetään suomalaisessa terveydenhuollossa arvokkaana. Perhetyö on kuitenkin edelleen äitisuuntautunutta ja isien tarpeet ohittavaa. Isien kokemus huomiotta jättämisestä ei ole uusi ilmiö, vaan sen juuret juontavat jo kymmeniä vuosia taaksepäin. (Mykkänen 2010, 34.) Isien tukeminen edellyttää tietoa heidän yksilöllisistä tarpeistaan (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 30). Läsnaolo ja kuuntelu ovat tärkeitä, koska niiden kautta rakentuu luottamus. Isät toivoisivat lapsiperheiden parissa työskenteleviltä ammattilaisilta yksilöllistä kohtaamista. (Kekkonen ym. 2013, 29.) Isät toivovat neuvojen ja ohjeiden lisäksi nimenomaan ajatustenvaihtoa. He haluavat puhua omasta perheestään ja isyydestään eivätkä perhe-elämästä yleisesti. Ylipäättään isät toivovat enemmän mahdollisuuksia päästä keskustelemaan huolistaan ja toiveistaan. Valtaosa isistä ei kuitenkaan aloita tällaisia keskusteluja itse. (Hellstén & Salonen 2011, 25.)

Terveydenhoitajat ovat tärkeässä osassa perheiden tukemisessa. Terveydenhoitajien on huomattu perhekeskeisessä työssä keskittyvän pääasiassa äitiin ja lapseen. (Reeves, Gale, Webb, Delaney & Cocklin 2009.) Isät tulisi osallistaa terveyden edistämiseen ja vanhemmuuden tukemiseen sekä ohjaamiseen (Reeves ym. 2009). Isillä pitäisi olla äitien tapaan mahdollisimman monia tapoja päästä käsittelemään vanhemmuuteen liittyviä tunteita (Jämsä 2010, 73). Usein isyys jää kuitenkin vähemmälle huomiolle ja isä saa myös äitiä vähemmän tukea vuorovaikutukseensa lapsen kanssa. Lisäksi isät monesti kokevat, etteivät he ole tulleet riittävästi kuulluiksi isinä lapsiperheiden palveluissa. (Kekkonen ym. 2013, 30.) Erityisesti ensimmäistä lastaan odottavissa perheissä isät saattavat tarvita tukea ja rohkaisua vanhemmuuteen. Isän mukanaolo neuvolakäynneillä on tärkeä mahdollistaa. (Hakulinen ym. 2016, 17.) Myös isillä olisi tarvetta perheen ulkopuoliselle tuelle joko perhepalveluissa tai ainakin vertaisavussa (Jämsä 2010, 73).

Olisi tärkeää, että ammattilainen näkisi isän mukana olon mahdollisuutena ja voimavarana perheiden kanssa työskennellessä. (Kekkonen ym. 2013, 29.) Sosiaali- ja terveysministeriön tutkimuksessa (2008, 36) isän mukanaoloa lapsen kasvussa ja kehityksessä pi-

dettiin tutkimukseen vastanneiden terveydenhoitajien keskuudessa ehdottomana edellytyksenä lapsen hyvinvoinnille. Varhaisen vuorovaikutuksen avulla vanhemman ja lapsen välille syntyy kiintymyssuhde (Miessakit ry 2012).

Ammattilaisten on tärkeää tiedostaa omat työtapansa. Esimerkiksi katseen kohdistaminen vastaanotolla molempiin vanhempiin on tärkeää, sillä tällöin isä ei tunne itseään sivusta-seuraajaksi. (Kekkonen ym. 2013, 29.) Tilan antaminen isälle on tärkeää. Työntekijän on hyvä antaa isälle aikaa ja mahdollisuuksia osallistua lasta koskeviin päätöksiin asiakastapaamisten aikana. (Hakulinen ym. 2016, 23.) Tärkeää olisi, ettei isänä olemisesta keskusteltaisi ainoastaan pinnallisella tasolla. Isälle osoitetut kysymykset voivat saada aikaan syvällisiä keskusteluja. (Kekkonen ym. 2013, 29-30.) Koska perhesuhteista, tarpeista ja tunteista puhuminen ei ole isälle välttämättä tuttua, ammattilaisen voi olla tarpeen houkutella ja kannustaa isää keskusteluun. Kun isälle annetaan mahdollisuus pohtia omaa isyyttään, hän tarttuu siihen innokkaasti. (Hellstén & Salonen 2011, 25.) Isän kanssa kannattaa ottaa puheeksi, millainen isä hän haluaa olla ja mitä isyys hänelle merkitsee sekä pohtia, millainen merkitys isän tekemillä valinnoilla on lapselle, perheelle ja isänä olemiselle. Ammattilaisen on myös hyvä kysyä isän jaksamisesta ja mahdollisesta tuen tarpeesta. (Kekkonen ym. 2013, 29-30.)

6.2 Isyyden tukeminen eron jälkeen

Ero on usein miehelle vaikeampi paikka kuin naiselle (Perovuo 2015). Naisilla on matalampi kynnyks hakea tukea ja keskustella lähipiiriin kanssa (Kauppinen 2013, 110). Mieheltä tukiverkko taas saattaa puuttua (Perovuo 2015). Kiiskin (2011, 158-159) tutkimuksesta käy ilmi, että miehille erossa eniten apua tuottaneita selviytymiskeinoja ovat puhuminen ystävien kanssa, positiivinen ajattelu, tulevaisuuteen suuntautuminen, asian pohtiminen yksin sekä huumori. Suomalaisen miehen kynnyks avun hakemiseen on suuri (Miessakit ry 2015b). Onkin tavallista, että ihminen pyrkii selviytymään ongelmistaan ensin yksin ja sosiaalisen tuen avulla. Mikäli mies ei koe saavansa näistä riittävää apua, hän turvautuu ammattiapuun. Miehet kuitenkin hyötyisivät ammattiavusta jo varhaisemmassa vaiheessa. (Kiiski 2011, 181-182.) Ammattilaiselta mies hakee ensisijaisesti tietoa ja neuvoja siitä, miten toimia eron käytännön asioissa. Kuviossa 3 kuvataan eronneelle vanhemmalle hyödyllisiä ohjeita. Ammattiavun kautta miehellä on mahdollisuus tutkia eroon

johtaneita syitä ja kohottaa itsetuntoaan. Erosta selviytyminen edellyttää useimpien miesten kohdalla sitä, ettei mies jää tilanteeseen yksin ja että häntä tuetaan oikealla tavalla. (Miessakit ry 2015b.)



KUVIO 3. Ohjeita vanhemmalle erotilanteessa (Väestöliitto 2017c.)

Ammattilaisen on tärkeä asettua mahdollisimman puolueettomaksi vanhempien välille (Koskela 2009, 31). Ammattilaisen olisi tärkeää tehdä kartoitus suhteen päättymisestä ja eroprosessin luonteesta. Tämä lisää ymmärrystä molempia osapuolia kohtaan ja vähentää vaaraa asettua tukemaan vain toisen vanhemman vanhemmuutta. (Miessakit ry 2015b.) Kuuntelulle on varattava riittävästi aikaa (Koskela 2009, 31). Tilanteessa on huomioitava se, kumpi osapuolista on ollut jättävä osapuoli. Mahdollista on, että jättänyt osapuoli on ehtinyt jo käsitellä eroa mielessään. Jätetylle osapuolelle asia on voinut tulla yllätyksenä ja tällöin on todennäköistä, että erokriisi on hänelle raskaampi. Tämä saattaa vaikuttaa myös siihen, miten vanhemmuus näyttäytyy eron jälkeen. (Pernu & Pohjola 2011, 34.) Vain 30 prosentissa avioeroista mies on ollut jättävänä osapuolena (Miessakit ry 2015b.) Ammattilaisen on myös otettava huomioon isän erokriisin vaihe ja isän mahdolliset ennakko-odotukset naisvaltaista eroauttamista kohtaan (Pernu & Pohjola 2011, 34).

Erotilanteet herättävät usein tunteita myös työntekijässä. Siksi on hyvä pysähtyä pohtimaan myös omia asenteitaan eroon liittyen: Minkälaisia ajatuksia ja tunteita ero herättää? Millä tavoin omat asenteet vaikuttavat työskentelytapaan? Työntekijän työnohjauksesta huolehtiminen on näissä tilanteissa jopa välttämätöntä. (Koskela 2009, 32.) Erotilanteessa miehen käytös voi poiketa normaalista, eikä sen perusteella tule tehdä liikaa johtopäätöksiä isyyden laadusta. Tärkeintä on, että ammattilainen huolehtii isän mahdollisuudesta tuoda tunteensa ja ajatuksensa turvallisesti esiin, jotta hän kokisi tulleen kuulluksi. (Pernu & Pohjola 2011, 35.) Taulukossa 1 on listattu Tampereen kaupungin tukea ja tietoa antavia palveluita eronneille.

TAULUKKO 1. Tampereen kaupungin tarjoamia palveluita eronneelle (Tampereen kaupunki 2017a; Tampereen kaupunki 2017b; Tampereen kaupunki 2017c)

Perheneuvola – tarjoaa apua erosta selviämiseen → https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheiden-palvelut/perheneuvola.html
Perheikka.fi – tukea ja materiaalia eroa läpikäyville → https://www.perheikka.fi/
Perheasiain neuvottelukeskus – apua parisuhteen ja perheiden kysymyksiin → https://tampereenseurakunnat.fi/perheneuvonta
Mannerheimin lastensuojeluliitto Tampereen osasto eropalvelut → https://tampere.mll.fi/eroperheiden-kohtaamispaikka/perhetapaamiset/
Miessakit ry – tukea miehille ja isille erotilanteessa → https://www.miessakit.fi/fi/toimintamuodot/erosta_elossa
Perheoikeudelliset palvelut – lastenvalvojan palvelut eronneille → http://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheiden-palvelut/perheoikeudelliset-palvelut.html

7 VERTAISTUKI RYHMÄSSÄ

7.1 Vertaistuki osana voimaantumista

Vertaistuen tarkoituksena on osallistujien hyvinvoinnin ja jaksamisen edistäminen. Sen avulla ihminen pystyy voimaantumaan. (Salonen 2012, 12.) Voimaantuminen on henkilökohtainen ihmisestä lähtevä prosessi, eikä sitä voi antaa toiselle (Palojärvi 2009, 21). Englanninkielinen termi voimaantumiselle on empowerment (Tuorila 2013 & Palojärvi 2009, 20). Sosiaalinen ympäristö kuitenkin tukee voimaantumista (Palojärvi 2009, 21). Voimaantunut asiakas pystyy tunnistamaan tarvittavat voimavarat hyvinvointinsa edistämiseksi. Onnistuakseen voimaantumisessa asiakas tarvitsee laadukasta ja ymmärrettävää tietoa. Voimaantuneella asiakkaalla on paremmat mahdollisuudet osallistua omaan hoitoonsa, huolehtia terveydestään sekä suhtautua hoitoon kriittisesti. Tällä tavoin voimaantuminen edistää terveystalvelujen käyttäjien asiakastaitojen kehittymistä. (Tuorila 2013.) Vertaistuessa ihmiset nähdään oman elämänsä asiantuntijoina, jolloin ihminen muuttuu passiivisesta avun vastaanottajasta aktiiviseksi toimijaksi (Salonen 2012, 12).

Terveystalvelut saattavat epäonnistua yrittäessään tavoittaa apua tarvitsevia asiakkaita ja tämä johtaa terveyseroihin. Vertaistuen avulla nämä ihmiset on helpompi saada avun piiriin. (Sokol & Fisher 2016.) Vertaistuki on yhteisöllistä tukea sellaisten ihmisten välillä, joilla on samankaltaisia kokemuksia tai samanlainen elämäntilanne (Mielenterveyden keskusliitto n.d.). Se on sosiaalista tukea, jota voidaan saada vain samassa tilanteessa olevalta ihmiseltä (Vartiainen 2007, 10). Vertaistuki on elämässä kohdattujen hankaluuksien keskinäistä jakamista (Henttinen 2013, 8). Kokemusten jakaminen samoja asioita kokeiden kanssa lievittää ahdistusta (Mielenterveyden keskusliitto n.d.). Kahden ihmisen välillä tapahtuvat keskustelut ja vertaistukiryhmät ovat vertaistuen yleisimpiä muotoja (Henttinen 2013, 8).

Vertaistoiminnan ja vertaistukiryhmien arvopohjana on yleensä tasa-arvoisuus, kokemusten jakaminen ja toisten kunnioittaminen. Vertaistoimintaan osallistunut henkilö kokee, ettei hän ole maailmankaikkeuden ainoa ihminen, joka on kohdannut vaikeuksia. Henkilö kokee, ettei ole asian kanssa yksin. Vertaistukiryhmissä tärkeitä asioita ovat yhteisöllisyys sekä kuulluksi, ymmärretyksi ja hyväksytyksi tuleminen. Vertaistiryhmästä saatu tuki

voi olla ratkaiseva tekijä ryhmään osallistuvan jaksamiselle ja selviytymiselle. (Salonen 2012, 15.)

Vertaistukiryhmiä on moneen tarpeeseen ja siksi niiden tavoitteet, lähtökohdat, toimintatavat, avoimuus ja rakenne voivat erota toisistaan. Vertaistukiryhmä on keskinäistä tukea varten perustettu ryhmä, joka keskittyy esimerkiksi haastavan elämäntilanteen kanssa kamppailuun. (Joenaho 2012, 4.) Vertaistuki ei kuitenkaan korvaa yhteiskunnan muita palveluja vaan täydentää niitä. Ammattipalvelut ovat edelleen tarpeellisia ja ne tulee säilyttää vertaistuen rinnalla. (Salonen 2012, 13.)

7.2 Ryhmädynamiikka ja ohjaajan rooli

Käsitteellä ryhmä tarkoitetaan ihmisistä muodostuvia kokoonpanoja. Ryhmä voi muodostua sattumalta tai sitten ryhmä voi olla niin sanottu psykologinen ryhmä. Psykologisissa ryhmissä ihmiset ovat tietoisia toisistaan, heidän välillään tapahtuu vuorovaikutusta ja ryhmän jäsenet tuntevat kuuluvansa tähän ryhmään. Yleensä ryhmän toiminnalla on jokin tarkoitus. Tämä tarkoitus selittää, miksi ryhmä on olemassa. Ryhmällä on myös niin sanottuja perustehtäviä. Vertaistukiryhmän perustehtävänä on mahdollistaa avoin kohtaaminen ja voimaantuminen. Tällaiset tavoitteet toteuttavat ryhmän tarkoitusta eli vertaistukea ja jaksamisen lisääntymistä. (Salonen 2012, 24-25.)

Ryhmädynamiikalla tarkoitetaan ryhmän jäsenten välillä tapahtuvia prosesseja (Kinder 2017). Se on jatkuvaa muutosta ryhmän rakenteissa ja suhteissa. Ryhmädynamiikka muodostuu ryhmän jäsenten omista tavoitteista, toiveista ja odotuksista. (Salonen 2012, 28.) Ryhmädynamiikkaan vaikuttavat jäsenten muille ryhmäläisille esiin tuomat sekä heidän sisäiset ja muilta jäseniltä peitetyt ajatukset ja tunteet. Näiden lisäksi nonverbaalisella kommunikaatiolla sekä jäsenten välisellä vuorovaikutuksella on vaikutusta. (Kinder 2017.)

Ryhmän ohjaaja ei ole ryhmän jäsen vaan hänellä on selkeästi erilainen rooli kuin ryhmän jäsenillä (Öystilä 2012, 26). Jo yhdessä vertaisryhmätapaamisessa ohjaajalla on useita käytännön tehtäviä, joita ovat esimerkiksi tilojen järjestely ennen tapaamisten alkua, ryhmän ”emännöinti” ja kahvitarjoilun järjestäminen, ryhmäkeskustelun ohjaaminen ja aikataulutus sekä lopuksi tilan sulkeminen ja siivous (Salonen 2012, 58-59). Ohjaaja on osa

prosessia ja hän myötävaikuttaa siihen sekä auttaa jäseniä saavuttamaan tavoitteensa. Ohjaaja ei kuitenkaan ole vastuussa tavoitteiden saavuttamista. (Öystilä 2012, 24, 26.)

Ryhmällä on hyvä olla selkeät pelisäännöt, joita jokainen ryhmässä sitoutuu noudattamaan. Ohjaaja huolehtii näiden pelisääntöjen noudattamisesta. Ryhmän ohjaajan tehtäviin kuuluu luottamuksellisuuden ja toisten kunnioittamisen varmistaminen, koska ryhmän keskustelut perustuvat luottamukseen ja toisten kunnioittamiseen. Ohjaaja huolehtii ryhmän ajankäytöstä eli siitä, että ryhmän ajankäyttö on hallittua ja ryhmä aloittaa ja lopettaa aikataulun mukaisesti. Ryhmäkeskusteluissa ohjaaja huolehtii siitä, että puhujaa ei keskeytetä. Tarvittaessa ohjaaja jakaa puheenvuorot. Dialogisuuteen ohjaamisen ja puhumisen lisäksi myös kuunteluun kannustaminen ovat ohjaajan tehtäviä. (Salonen 2012, 59-62.)

Ryhmän ohjaajalta vaaditaan joustavuutta ja hänen tulee myös itse noudattaa sovittuja pelisääntöjä. Ohjaajan tulee toimia ryhmän edun mukaisesti ja asettaa ryhmän tarpeet omiensa edelle. (Öystilä 2012, 24-26.) Ryhmän toimivuudesta ei vastaa yksin ryhmän ohjaaja vaan myös jokainen ryhmän jäsen. Myöskään ryhmän kehittäminen ei ole pelkästään ohjaajan tehtävä. Ohjaajan on tärkeää kerätä ryhmän alusta saakka säännöllisesti ryhmäläisten mielipiteitä ja palautetta ryhmätoiminnan kehittämiseksi. (Salonen 2012, 62.)

8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS JA RAPORTOINTI

8.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto tutkimukselliselle opinnäytetyölle ammatti-korkeakoulussa. Toiminnallisen opinnäytetyön toteutustapana voi olla kohderyhmästä riippuen esimerkiksi kirja, opas, vihko, kotisivut tai tapahtuma. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä on aina kaksi osaa, toiminnallinen osuus sekä prosessin dokumentointi ja arviointi eli opinnäytetyöraportti (Airaksinen 2009, 10). Opinnäytetyön tulee olla käytännönlähteinen, työelämälähtöinen, tutkimuksellisella asenteella toteutettu ja alan tietojen ja taitojen hallintaa osoittava (Vilkka & Airaksinen 2003, 10).

Toiminnallisessa opinnäytetyössä olisi tärkeää, että opinnäytetyölle löytää työelämäyhteyden. Työelämälähtöisen opinnäytetyön kautta on mahdollisuus päästä lähelle käytännönläheisiä ongelmia. Työelämästä tuleva opinnäytetyön aihe tukee ammatillista kasvua. Ammattikorkeakoulutuksen tavoitteena on sellainen ammattitaito, joka takaa opiskelijalle mahdollisimman hyvän työllisyystilanteen heti tutkinnon suorittamisen jälkeen. (Vilkka & Airaksinen 2003, 16-17.)

Toiminnallisen opinnäytetyön raportti kertoo, mitä, miksi ja miten työn kirjoittaja on tehnyt. Raportti kertoo myös, millainen työprosessi on ollut ja minkälaisiin johtopäätöksiin on päädytty. Raporttiin sisältyy oman oppimisen ja prosessin arviointia. Raportin perusteella lukija voi ymmärtää, miten opinnäytetyö on kirjoittajan mielestä onnistunut. (Vilkka & Airaksinen 2003, 65.) Toiminnallisen opinnäytetyön raportti on vain osa työprosessin dokumentointia, olennaisin osa työtä on toiminnallinen tuotos (Vilkka & Airaksinen 2003, 83).

Opinnäytetyön tekijöillä oli jo ennen aiheen valintaa ajatus toiminnallisen toteutuksen valinnasta. Toiminnallisuus tuntui mielenkiintoiselta ja terveydenhoitajan työhön hyvin soveltuvalta muodolta. Tekijät halusivat tuottaa konkreettista toimintaa. Toive isille suunnatusta toiminnasta tuli suoraan Perheiden talon asiakkaalta. Toiminnallinen menetelmä valittiin tähän opinnäytetyöhön, sillä sen ajateltiin palvelevan opinnäytetyön tarkoitusta parhaiten. Yhteistyötaho koki, että opinnäytetyön kohderyhmään kuuluvilla olisi tarvetta

ryhmämuotoiselle tuelle. Opinnäytetyön tekijöidenkin mielestä ryhmämuotoinen toteutus tuntui tälle kohderyhmälle parhaalta toteutustavalta.

8.2 Opinnäytetyöprosessi

Opinnäytetyöprosessi lähti liikkeelle syksyllä 2016. Opinnäytetyön aiheen valintaan vaikutti kiinnostus perheiden hyvinvointiin. Aihetta lähdettiin pohtimaan tästä näkökulmasta. Tampereen kaupungille oli juuri avautunut uusi perheille tarkoitettu kohtaamispaikka Perheiden talo. Perheiden talon tarjoamaan toimintaan ja palveluihin tutustuttiin vuodenvaihteessa. Tammikuussa 2017 opinnäytetyön tekijät ottivat yhteyttä Perheiden taloon ja siellä kiinnostuttiin yhteistyöstä. Helmikuussa 2017 oli ensimmäinen tapaaminen Perheiden talolla ja silloin keskusteltiin mahdollisista aiheista perhetyöntekijän kanssa. Maaliskuussa oli uusi tapaaminen perhetyöntekijän kanssa ja aiheen pohtimista jatkettiin. Perhetyöntekijä oli saanut asiakkaalta toiveen isille järjestetystä toiminnasta. Perheiden talolta saatiin tietoa Tampereella toimivasta Miessakit ry:stä ja tämän jälkeen otettiin yhteyttä sinne. Maaliskuussa oli tapaaminen Miessakkien erotyöntekijän kanssa. Erotyöntekijä ehdotti eronneille etä-isille suunnattua vertaistukiryhmää, sillä tällaiselle koettiin olevan tarvetta. Ideaan tartuttiin ja sitä lähdettiin kehittämään. Ajatus vertaistukiryhmästä tuntui mielenkiintoiselta, koska kummallakaan opinnäytetyön tekijällä ei ollut sellaisesta aikaisemmin kokemusta. Toukokuussa 2017 oli tapaaminen Miessakkien erotyöntekijän, Perheiden talon perhetyöntekijän ja palveluohjaajan kanssa.

Maalis-huhtikuussa 2017 kirjoitettiin opinnäytetyön suunnitelma. Suunnitelmaseminaarin jälkeen alettiin suunnitella viitekehystä. Kesäkuun alussa 2017 tehtiin ilmoitus ryhmää varten ja se julkaistiin. Kesän 2017 ajan kirjoitettiin viitekehystä ja valmistauduttiin elokuun 2017 ohjausseminaariin. Elokuussa 2017 tavattiin jälleen Perheiden talon perhetyöntekijän ja Miessakkien erotyöntekijän kanssa. Tapaamisessa suunniteltiin ryhmän sisältöä ja käytiin läpi viitekehystä. Ryhmään saatiin ryhmän alkuun mennessä kuusi ilmoittautumista. Syyskuussa 2017 ryhmä käynnistyi ja viitekehystä viimeisteltiin. Syyskuun lopulla tavattiin vielä kerran Miessakkien erotyöntekijän ja Perheiden talon perhetyöntekijän kanssa ja käytiin läpi ryhmän sujumista ja opinnäytetyön etenemistä. Syysmarraskuussa 2017 kirjoitettiin opinnäytetyön raportti ja pohdinta. Joului-tammikuussa oli viimeinen opinnäytetyön ohjaus ja opponentin palaute. Silloin opinnäytetyöhön tehtiin viimeiset lisäykset ja viimeistelyt.



KUVIO 4. Opinnäytetyön eteneminen

8.3 Ryhmän suunnittelu

Toukokuun tapaamisessa yhteistyökumppaneiden kanssa aloitettiin ryhmän sisällön suunnittelu. Tällöin sovittiin, että ryhmä tulisi sisältämään kuusi tapaamista ja sopiva määrä osallistujia olisi viisi henkilöä. Viiteen osallistujaan päädyttiin, sillä sen ajateltiin olevan sopiva määrä tämän tyyppiselle ryhmälle. Pienryhmä turvaa kaikille puheenvuoron ja mahdollisuuden ajatustensa jakamiseen. Myös ryhmän tapaamisten ajankohdat sovittiin, jotka sijoittuivat syys-lokakuuhun 2017. Yhden tapaamiskerran pituudeksi sovittiin kaksi tuntia. Tapaamispaikaksi sovittiin Perheiden talon kulmahuone. Tilaan oltiin tutustuttu jo aikaisemmin ja se tuntui sopivalta paikalta ryhmälle.

Tapaamisessa päätettiin, että vertaistukiryhmä toteutetaan narratiivisesti. Narratiivisella lähestymistavalla tarkoitetaan kertomusta (Jyväskylän yliopisto 2015). Narratiivisilla tarinoilla on perusrakenne, jossa tapahtumat seuraavat toisiaan. Narratiivinen ryhmä mahdollistaa osallistujille omaehtoista tarinan kerrontaa ja vertaistukea. (Louhela 2015, 63, 68.) Tarkoitus oli, että ryhmässä jokainen osallistuja pääsee vuorollaan kertomaan oman

henkilökohtaisen tarinansa. Tarinat mahdollistavat toisen kokemuksiin samaistumisen ja kokemuksen autetuksi tulemisesta. Narratiivisessa ryhmässä ohjaajalla on avustava rooli ja ryhmän jäsenet voimavaraistavat itsensä. (Louhela 2015, 63-64, 76.)

Ryhmän ilmoituksen tekoon saatiin apua Perheiden talolta ja Miessakeilta. Ilmoitus julkaistiin Perheiden talon nettisivuilla, Facebookissa sekä paikan päällä. Ilmoitus lähetettiin kaikille Tampereen kaupungin äitiys- ja lastenneuvolan terveydenhoitajille sekä monille muille perheiden kanssa työskenteleville tahoille Tampereella. Myös Miessakit markkinoi ryhmää eteenpäin ja asiakkailleen. Ilmoituksessa (ks. Liite 1.) kerrottiin lyhyesti ryhmän sisällöstä, tapaamisajankohdista- ja paikasta.

Ilmoittautuminen tapahtui sähköpostitse. Ilmoittautumisia tuli yhteensä kuusi. Ennen ryhmän alkua kaikkien ilmoittautuneiden kanssa keskusteltiin puhelimitse heidän elämäntilanteestaan ja ajatuksistaan ryhmän suhteen. Yhdelle ilmoittautuneista ei sopinut ryhmän aikataulut, joten hän karsiutui pois. Keskusteluissa neljän ilmoittautuneen osallistuminen varmistui, yhden osallistuminen jäi epävarmaksi. Muutamaa viikkoa ennen ryhmän alkua oli tapaaminen työelämäyhteistyökumppaneiden kanssa. Tapaamisessa suunniteltiin tarkemmin ryhmän sisällön (ks. Liite 2).

8.4 Ryhmän toteutus

Vertaistukiryhmä eronneille etä-isille toteutui ajalla 4.9.-9.10.2017, maanantaisin kello 18.00- 20.00. Ilmoittautuneista yksi ei saapunut ensimmäiseen tapaamiseen. Ryhmän lopulliseksi osallistujamääräksi tuli siten kolme osallistujaa. Yksi osallistujista ei päässyt paikalle toisella tapaamiskerralla, mutta hän osallistui ryhmään jälleen kolmannella tapaamiskerralla. Ryhmä kokoontui yhteensä viisi kertaa. Suunniteltu kuudes tapaamiskerta päätettiin jättää pois osallistujien ennakoitua vähäisemmän määrän vuoksi. Vertaistukiryhmään osallistujat olivat iältään 25-45- vuotiaita. Kahdella osallistujista oli kaksi lasta ja yhdellä osallistujista yksi lapsi.

Ryhmä alkoi odottavin ja jännittynein mielin. Jokaisen tapaamiskerran alussa oli kahvi ja pulla tarjoilu, jonka aikana käytiin vapaampaa keskustelua ilmapiirin rentouttamiseksi. Ohjaajat ja osallistujat istuivat tapaamisten aikana ympyränmallisilla sohvareilla.

Osallistujat eivät tunteneet toisiaan entuudestaan. Keskustelujen edetessä tunnelma rentoutui ja osallistujat avautuivat enemmän ryhmäläisten tullessa toisilleen tutummiksi. Ensimmäisellä tapaamiskerralla ohjaajat ja osallistujat sopivat yhteiset pelisäännöt ryhmän toiminnalle. Tapaamiskertojen alussa käytiin fiiliskierros, jonka aikana jokainen sai vuorollaan kertoa kuulumiset, kuluneen viikon tapahtumat ja sen hetkiset tuntemukset. Ohjaajien tehtävä ryhmässä painottui keskustelun ohjaamiseen ja aikatauluista huolehtimiseen. Toisinaan ohjaajat ottivat osaa keskusteluihin ja kyselivät tarkentavia kysymyksiä. Muun ajan ohjaajat kuuntelivat aktiivisesti jäseniä. Ensimmäistä ja viimeistä kertaa lukuun ottamatta, jokaisella tapaamiskerralla yksi isä sai kertoa oman tarinansa suhteen alkuvaiheesta eron kautta etävanhemmuuteen. Ohjaajat eivät jakaneet puheenvuoroja ryhmässä. Osallistujien keskinäinen keskustelu sujui jokaisella tapaamiskerralla luontevasti, toisten puheenvuoroja kunnioitettiin ja osallistujat osoittivat mielenkiintoa kyselemällä itse muiden ryhmäläisten kokemuksista.

Jokaiselle tapaamiskerralle oli etukäteen suunniteltu teema, joka käytiin ryhmässä keskustellen läpi. Ensimmäisen kerran yhteydessä ryhmäläisiltä kysyttiin, minkälaisia teemoja he haluaisivat käydä läpi ryhmän muilla tapaamiskerroilla. Lopullisiksi teemoiksi valikoituivat isien kohtaaminen terveydenhuollossa, vieraannuttaminen, isän ja lapsen välinen vuorovaikutus sekä tulevaisuudet toiveet ja suunnitelmat. Yhtä teemoista ei ehditty käymään, sillä toisella tapaamiskerralla yhden isän tarina ja siitä syntynyt keskustelu veivät koko ajan. Jokaista teemaa varten ohjaajat olivat varanneet mukaan ajatuksia herättäviä artikkeleita tai kirjoituksia. Materiaalin avulla käytiin läpi ryhmäläisten omia henkilökohtaisia kokemuksia ja ajatuksia jokaisesta teemasta. Teemojen tarkoituksena oli helpottaa asioiden puheeksi ottoa ja läpikäymistä sekä ohjata keskustelua vaikeidenkin teemojen äärelle.

Eniten ryhmässä keskustelua herättänyt aihe oli vieraannuttaminen. Kaikilla ryhmään osallistuneilla isillä oli henkilökohtaisia kokemuksia vieraannuttamisesta. Heidän tapauksessaan vieraannuttaja oli lähivanhempana toimiva äiti. Myös huoltajuuskiistat ja lasten tapaamiset herättivät runsaasti keskustelua ryhmätapaamisissa. Ahdistuneisuus ja pelko lapsen mahdollisesta menettämisestä olivat osana keskustelua. Riitaantuneet välit lapsen äitiin ja sen negatiiviset vaikutukset isä-lapsisuhteeseen koettiin ryhmäläisten keskuudessa henkistä hyvinvointia rajoittaviksi tekijöiksi. Opinnäytetyön viitekehyksessä todet-

tiin isien haluavan osallistua lastensa arkeen aikaisempaa enemmän. Ryhmään osallistuneet isät vahvistivat tätä käsitystä. Kaikki osallistuneista halusivat olla aktiivisesti mukana lastensa elämässä.

Ensimmäisellä tapaamiskerralla Isien kohtaaminen terveyspalveluissa-teeman yhteydessä osallistujilta kysyttiin, millaista apua he olisivat heti eron jälkeen kaivanneet. Keskustelussa nousi esiin, että isät toivoisivat apua palveluiden löytämisessä ja ohjaamista palveluiden pariin. Isät kertoivat olleensa erokriisin aikana niin voimattomia, että palveluiden selvittäminen tuntui monimutkaiselta ja liian raskaalta yksin. Eron jälkeen isien mielessä on paljon hoidettavia asioita esimerkiksi avioeroon ja lasten huoltajuuteen liittyen, ja surutyön keskellä sen kaiken läpikäyminen vie voimia.

8.5 Ryhmän arviointi

Ryhmän suunnittelu aloitettiin riittävän ajoissa. Tämä mahdollisti sen, että aikaa oli tarpeeksi ryhmän sisällön suunnitteluun. Ryhmän ohjaajien omien aikataulujen vuoksi oli ajoittain vaikeaa löytää yhteistä aikaa suunnittelulle. Ilmoitus ryhmästä julkaistiin muutamaa kuukautta ennen ryhmän tapaamisten alkua ja ilmoittautumiseen oli hyvin aikaa. Kaikki ilmoittautumiset tulivat lähellä ryhmän alkua. Opinnäytetyön viitekehystä tehdessä tuli esiin, että tukea tarvitsevia isiä on vaikea saada avun piiriin. Tämä havaittiin myös käytännössä.

Ryhmän suunnittelun alkuvaiheessa ohjaajat kävivät Perheiden talolla seuraamassa parisuhdeiltaa, jonka aiheena oli ”Mies, isä, puoliso – miehen näkökulma parisuhteeseen”. Ilta antoi ohjaajille hyviä näkökulmia ja valmiuksia isien kohtaamiseen. Lisäksi ryhmän suunnitteluun saatiin apua ja tukea Miessakkien erotyöntekijältä ja Perheiden talon perhetyöntekijältä sekä palveluohjaajalta. Heiltä saatiin paljon hyviä käytännön vinkkejä ryhmänohjaukseen sekä näkökulmia isien kohtaamiseen. Ryhmän suunnitteluvaiheessa ohjaajat lukivat lisäksi ryhmänohjaukseen liittyvää materiaalia, joka valmisti ohjaukseen.

Ennen ensimmäistä tapaamiskertaa ohjaajat olivat jännittyneitä, mutta hyvillä mielin ja hyvin valmistautuneita. Jännitys hävisi nopeasti osallistujien tullessa tutuksi ja keskustelun vapauduttua. Ohjaajat onnistuivat mielestään hyvin rooleissaan. Ohjaajat toivat ryhmään ajatuksia herättäviä teemoja, ohjasivat keskustelua ja pitivät aikataulusta huolta.

Osallistujien lukumäärään oltiin tyytyväisiä, vaikka tavoitteena oli viisi osallistujaa. Keskustelua syntyi paljon ja tapaamiset olivat antoisia. Tapaamisissa keskustelu eteni vaivattomasti ja omalla painollaan.

Ohjaajien välinen yhteistyö sujui saumattomasti. Ryhmää suunniteltiin pääasiassa yhdessä joko koulun tiloissa tai ohjaajien kotona. Tällainen työskentelytapa koettiin parhaaksi mahdolliseksi ryhmän suunnitellun kannalta. Heti jokaisen ryhmätapaamisen jälkeen ohjaajat laittoivat yhdessä ylös ajatuksiaan tapaamisesta ja mahdollisia ehdotuksia seuraavalle tapaamiskerralle. Seuraavan tapaamiskerran tarkempi suunnitelma tehtiin valmiiksi ennen jokaista tapaamiskertaa. Tapaamisissa ohjaajien yhteistyö ja työnjako sujuivat luontevasti ilman suurempaa suunnittelua.

Ryhmän viimeisellä tapaamiskerralla kaikkia ryhmään osallistuneita isiä pyydettiin täyttämään paperisena versiona toteutettu palautekysely (Liite 2). Kyselyyn ei vaadittu vastaajan nimitietoja vaan kyselyn pystyi täyttämään nimettömänä. Kyselyssä kartoitettiin muun muassa osallistujien mielipiteitä ja tunteita ryhmään osallistumisen syistä, ryhmässä heränneistä tunteista ja ryhmän hyödyttävyydestä. Palautekysely haluttiin toteuttaa kattavan ja rehellisen palautteen ja kehittämis ehdotusten saamiseksi. Opinnäytetyön tekijät kävivät palautekyselyt läpi ja kyselystä saatiin selville, että ryhmään osallistuneet isät olivat tyytyväisiä ryhmän toteutukseen. Ryhmän ilmapiiri oli koettu rennoksi ja turvallisiksi vaikeidenkin asioiden jakamiseen. Kaikkien vastauksissa korostettiin vertaistuen merkitystä voimaantumiskokemukselle. Isät kokivat hyötynensä muiden osallistujien kokemusten kuuntelusta, ja myös omien kokemusten jakaminen ryhmässä koettiin hyödylliseksi. Kaksi ryhmään osallistunutta isää oli vertaistukitoiminnassa mukana ensimmäistä kertaa ja yhdelle vastaavanlainen ryhmätoiminta oli ennestään tuttua. Tiedon ryhmästä isät olivat saaneet erotyöntekijän sekä perhetyöntekijän kautta.

Ryhmässä käytetty narratiivinen toteutustapa palveli ryhmän tavoitetta. Narratiivisen toteutuksen avulla ryhmän osallistujat pääsivät jakamaan oman tarinansa ryhmässä johdonmukaisesti. Kertomusmuotoisella toteutustavalla saavutettiin vertaistuen tapahtuminen. Narratiivinen toteutustapa sopii hyvin tämän tyyppisen vertaistukiryhmän toteutukseksi.

Tämän tyyppisen ryhmän ohjaaminen oli molemmille ohjaajille uutta. Prosessin aikana huomattiin, että ryhmän suunnittelu ja ohjaaminen vaativat paljon aikaa ja vaivaa. Kokeuttomille ohjaajille yhteistyötahojen tuki oli erittäin tärkeää. Kohderyhmä oli myöskin

ohjaajille vieras. Kokemuksen puutteesta huolimatta ohjaajat lähtivät rohkeasti etsimään tietoa ja toteuttamaan ideaa. Tapaamisten edetessä ohjaajat saivat varmuutta ja itseluottamusta ohjaukseen. Kokonaisuudessaan ryhmän ohjaaminen oli erittäin opettava kokemus. Tuntui palkitsevalta huomata osallistujien hyötyvän ryhmästä.

9 POHDINTA

9.1 Eettisyys ja luotettavuus

Tieteellisellä tutkimuksella tarkoitetaan tavoitteellista ja systemaattista tietojen koamisprosessia, jolla saavutetaan tietoa. Tutkimuksessa ongelmat ja kysymykset ovat aina perusteltuja teoreettisen viitekehyksen avulla. (Tuomi 2007, 20, 71.) Ammattikorkeakouluissa tutkimuksiksi kutsutaan myös toiminnallisia tekoja, joissa on tehty selvitystä jonkin tuotoksen kuten esitteen tai tapahtuman toteuttamiseksi (Vilkka 2015, 30). Tuomen (2007, 143) mukaan tutkijan eettiset ratkaisut ja tutkimuksen uskottavuus tukevat toisiaan. Terveysalalla käytettävää tietoa on luokiteltu monin tavoin. Tieteellisen tiedon lisäksi käytännössä testattu tieto on merkittävää. Hoitotyössä käytäntöjen kehittämiseksi tarvitaan toiminnallista tutkimusta ja systemaattista kehittämistoimintaa. (Tuomi 2007, 9.) Opinnäytetyötä tehdessä on pyritty systemaattiseen tietojen keräämiseen. Opinnäytetyön tutkimustehtävät ovat perustelu teoreettisen viitekehyksen avulla.

Tutkimuksen tulee olla uskottava ja vakuuttava. Tutkimuksen uskottavuus ja vakuuttavuus ovat riippuvaisia tutkimustekstistä. Tekstin argumentaatio ja jatkuvuus ovat tärkeässä osassa arvioitaessa tutkimustekstin uskottavuutta ja vakuuttavuutta. (Vilkka 2015, 207.) Tieteen sisäisten normien mukaan tutkijan on käytettävä tieteellisen päättelyn mukaista argumentointia (Tuomi 2007, 144). Opinnäytetyössä on pyritty argumentoimaan käyttäen useita eri lähteitä selkeästi ja keskustellen.

Tutkimusetiikka antaa lisävaateita tutkimukselle. Hyvää tutkimusetiikkaa noudattaen tutkimuksen tekemisen on oltava kurinalaista, järjestelmällistä ja täsmällistä. (Vilkka 2015, 31.) Etiikka on yksi tieteellisen tutkimuksen keskeisistä kysymyksistä. Eettiset kysymykset ovat koko tutkimustoiminnan lähtökohta, eivätkä vain tutkijan toimintaa koskevia. (Tuomi 2007, 143.) Opinnäytetyötä tehdessä on toimittu eettisten periaatteiden mukaan. Opinnäytetyön aihe aidosti kiinnostaa tekijöitä, joten se tukee tutkimuksen eettisyyttä. Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden osallistujat osallistuivat vapaaehtoisesti ja heidän henkilöllisyytensä ei tule ilmi ulkopuolisille. Osallistuessaan osallistujat ovat tienneet, mistä opinnäytetyössä on kyse. Vääristeltyjen ja luvatta lainattujen havaintojen esittämistä työssä voidaan pitää hyvän tieteellisen käytännön loukkauksena (Tuomi 2007, 146).

Opinnäytetyöprosessissa on kunnioitettu lähteiden alkuperäisiä kirjoittajia asianmukaisilla lähdeviitteillä. Opinnäytetyötä tehdessä on kunnioitettu ja arvostettu yhteistyökumppaneita, opinnäytetyön ohjaajia, opponenttia ja opinnäytetyöparia.

Tekijän tulee noudattaa eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä eli tekijä käyttää tutkimuksessaan sellaisia menetelmiä, jotka tiedeyhteisö on hyväksynyt. Tiedonhankinnassa hyvä tieteellinen käytäntö tarkoittaa, että perustaa tiedonhankintansa oman alansa tieteellisen kirjallisuuden tuntemukseen. (Vilkkä 2015, 41-42.) Opinnäytetyön tiedonhakuprosessissa käytettiin laajasti lähteitä. Tietoa haettiin Tampereen ammattikorkeakoulun Finna- kirjastosta, eri yliopistojen arkistoista, tieteellisistä artikkeleista ja julkaisuista sekä terveys- ja sosiaalialan tietokannoista. Tavoitteena tiedonhaussa oli, että lähteet ovat korkeintaan 10 vuotta vanhoja tiedonhakuprosessin alkaessa. Kolme opinnäytetyössä esiintyvää lähdettä ovat tätä vanhempia. Nämä lähteet päädyttiin kuitenkin valitsemaan arvokkaan teorian perusteella. Tavoitteena oli löytää yliopistotasoisia tutkimuksia. Tutkimuksista pyrittiin löytämään alkuperäiset lähteet.

Kaikessa tutkimustoiminnassa pyritään välttämään virheitä. Tämän vuoksi yksittäisessä tutkimuksessa on arvioitava tutkimuksen luotettavuutta. (Tuomi 2007, 149.) Tekijän tulee arvioida tutkimuksensa luotettavuutta jokaisen tekemänsä valinnan kohdalta (Vilkkä 2015, 196-197). Kaikki opinnäytetyöprosessin vaiheet olivat huolellisesti suunniteltuja ja rehellisesti toteutettuja. Vertaistukiryhmässä käytetty materiaali perustui opinnäytetyön viitekehyksen kautta tutkittuun tietoon.

9.2 Opinnäytetyön arviointi

Isät kokevat usein, etteivät tule riittävän kuulluiksi lapsiperheiden palveluissa (Kekkonen ym. 2013, 30). Ylipäänsä isät toivovat enemmän mahdollisuuksia päästä keskustelemaan huolistaan ja toiveistaan joko perhepalveluissa tai vertaistuen kautta (Hellstén & Salonen 2011, 25; Jämsä 2010, 83). Opinnäytetyössäkin käytetyt lähteet osoittavat isille tarkoitetun tuen olevan tarpeellista. Opinnäytetyön aiheen valintaan vaikutti tekijöiden oma mielenkiinto perhetyötä ja nimenomaan isien hyvinvointia kohtaan. Perheiden talon ollessa uusi perheille tarkoitettu palvelu Tampereella, ajateltiin sieltä löytyvän monipuolista osaamista perhetyöhön liittyen. Miessakeilta puolestaan löytyi ammattitaitoa isätyöhön ja ero toimintaan liittyen. Aiheen tarpeellisuudesta kertoo se, että ajatus isille suunnatusta

toiminnasta lähti alun perin asiakkaan toiveesta ja tarpeesta. Lisäksi Miessakkien erotyöntekijä koki etä-isänäkökulman tärkeäksi ja ajankohtaiseksi.

Koko opinnäytetyöprosessin ajan tekijät työskentelivät tiiviissä yhteistyössä. Viitekehys kirjoitettiin yhdessä parityöskentelynä, jotta lopputuloksesta saatiin mahdollisimman yhtenäinen teos. Tekstin kirjoittaminen yhdessä esti kahden erilaisen tyylin näkymisen lopullisessa tekstissä. Opinnäytetyön tekijöiden keskinäinen yhteistyö sujui ongelmitta. Tiivis yhteydenpito sähköpostin välityksellä ja tapaamiset myös yhteistyötahojen kanssa auttoivat prosessissa. Heiltä saatiin palautetta ja neuvoja koko prosessin ajan. Opponentti oli aktiivisesti mukana opinnäytetyön tekoprosessissa ja häneltä saatiin paljon hyviä vinkkejä.

Tiedonhakuprosessi oli haastava osa opinnäytetyöprosessia. Isyydestä ja vanhemmuudesta eron jälkeen löytyy jo ennestään paljon tietoa, mutta etä-isyyttä on tutkittu melko vähän. Tiedonhakuprosessi tuotti lopulta monipuolisesti lähteitä. Kansainvälisiä lähteitä oli vaikea löytää. Ajateltiin, että etä-isyyys on aiheena kulttuurisidonnainen ja kansainvälinen näkökulma saattaisi tuoda siihen ristiriitaisuutta. Opinnäytetyössä päädyttiin käyttämään kansainvälisiä lähteitä maltillisesti. Pääosassa ovat suomenkieliset ja suomalaista isyyttä tutkivat teokset.

Teoriaosan kirjoittaminen vaati laajan materiaalin läpikäymistä ja siihen paneutumista. Teoriaosan teemat valittiin sillä perusteella, että niiden koettiin tukevan opinnäytetyön tavoitteen toteutumista. Isyyden käsitteen avaaminen koettiin tärkeäksi, koska se pohjusti etä-isyyys aiheetta. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä terveydenhoitajien tietoa etä-isyydestä, minkä vuoksi viitekehyksessä isyyden tukemista ja etä-isyyttä on käsitelty nimenomaan terveydenhoitajan näkökulmasta. Opinnäytetyöhön haluttiin sisällyttää tilastotietoa avioeroista, koska usein avioeroa seuraa etävanhemmuus ja avioerojen lisääntyessä myös etävanhemmuus lisääntyy. Huoltajuus teemana on myös oleellinen osa käsiteltäessä etä-isyyttä, sillä erotilanteessa huoltajuuteen liittyvät kysymykset ovat väistämättömiä. Kappaleessa 6 on käsitelty opinnäytetyön pääteemaa eli etävanhemmuutta nimenomaan etä-isyyden näkökulmasta. Opinnäytetyön toiminnallisena tuotoksena toteutettiin vertaistukiryhmä etä-isille, minkä vuoksi viitekehyksessä koettiin tärkeänä käsitellä vertaistukea ja vertaistukiryhmiä.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää vertaistukiryhmä eronneille etävanhempina toimiville isille Perheiden talolla Tampereella. Vertaistukiryhmän tarkoituksena oli tarjota vertaistuen avulla osallistujille mahdollisuus kerryttää voimavaroja ja saada tukea etävanhemmuuteen. Vertaistukiryhmän tavoitteena oli isien voimaantuminen ja keinojen löytäminen toimivaan etä-isyyteen. Ryhmään osallistuneet isät kertoivat sekä kirjallisessa että suullisessa palautteessaan kokeneensa ryhmän hyödylliseksi itselleen, joten ryhmätapaamisten tavoite toteutui. Ryhmätapaamisissa osallistujat kertoivat saaneensa vertaistuen kautta voimavaroja ja tukea etävanhemmuuteen, vertaistuki koettiin ryhmäläisten keskuudessa hyväksi tukimuodoksi. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä terveydenhoitajien ja muiden eroperheiden kanssa työskentelevien ammattilaisten tietoa etä-isyydestä ja valmiuksia isyyden tukemiseen eron jälkeen. Opinnäytetyön tehtäviin vastaamalla pyrimme saavuttamaan tavoitteen. Tutkimustehtävät ohjasivat opinnäytetyön tekemistä ja tiedonhakua.

9.3 Opinnäytetyön merkitys terveydenhoitotyölle

Tutkimukset ovat osoittaneet osallistuvamman isyyden tukevan lapsen psyykkistä ja sosiaalista kehitystä myönteisesti (Miessakit ry 2015a). Sosiaali- ja terveysministeriön tutkimuksessa (2008, 36) isän mukanaoloa lapsen kasvussa ja kehityksessä pidettiin tutkimukseen vastanneiden terveydenhoitajien keskuudessa ehdottomana edellytyksenä lapsen hyvinvoinnille. Terveydenhoitajan on tärkeää osata tukea työssään isän ja lapsen välistä suhdetta. Perhepalveluissa terveydenhoitajat edelleen keskittyvät työssään pääasiassa äitiin ja lapseen (Reeves ym. 2009). Sekä tutkimuksissa että opinnäytetyön toiminnallisessa tuotoksessa kävi kuitenkin ilmi, että isät tahtovat osallistua aktiivisesti lastensa elämään (Broberg & Hakovirta 2014, 118-119). Avioerojen yleistyttyä etä-isyyks on lisääntynyt. Näin ollen terveydenhoitajat kohtaavat heitä työuransa aikana aikaisempaa enemmän. Isien ja erityisesti etä-isien kohtaaminen ja heidän tukeminen saattaa tuntua terveydenhoitajasta haastavalta, mikäli isätyö ei ole ennestään kovin tuttua. Terveydenhoitajien työnkuva laajentuu jatkuvasti, mikä tuo mukanaan lisää vastuuta. Lisäksi palveluiden jatkuva muuttuminen ja sähköisten palveluiden lisääntyminen luovat terveydenhoitajille ja etä-isille uudenlaisen kohtaamisympäristön. Terveydenhoitajakoulutuksessa käsitellään edelleen melko vähän etävanhemmuutta ja isyyttä, mikä innosti opinnäytetyön tekijöitä aiheen valintaan.

Opinnäytetyössä on käsitelty isien itsensä esille tuomia toiveita siitä, miten he tahtoisivat tulla terveydenhuollossa kohdatuiksi ja minkälaista tukea he terveydenhuollon ammattilaisilta kaipaisivat. Viitekehyksessä on tuotu esiin konkreettisia keinoja isätyön tueksi, joita terveydenhoitajat ja muut terveydenhuollon ammattilaiset voivat työssään hyödyntää. Opinnäytetyöstä löytyy vinkkejä isille suunnatun ryhmämuotoisen toiminnan järjestämiseen. Opinnäytetyössä on esitelty yksi toimivaksi ja tehokkaaksi todettu tapa toteuttaa vertaistukiryhmä isille.

9.4 Jatkotutkimusehdotukset

Opinnäytetyön pohjalta nousi esiin erilaisia jatkotutkimusaiheita. Työtä tehdessä tuli ilmi, että tukea tarvitsevia isiä on vaikea saada tuen piiriin. Isät kokevat monesti olevansa edelleen epätasa-arvoisessa asemassa verrattuna äiteihin. Tulisi selvittää, miten isät saataisiin tuen piiriin aikaisempaa paremmin ja minkälaista tukea he kaipaisivat. Tarpeellista olisi tutkia myös sitä, miten terveydenhoitajat kokevat isien kohtaamisen ja minkälaisia työkeinoja he käyttävät isiä kohdatessa terveydenhoitajan eri työkentillä. Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa vieraannuttaminen nousi suureen rooliin keskustelussa. Tätä aihetta tulisikin tutkia enemmän.

Opinnäytetyöprosessia on mahdollista kehittää. Kehittämis ehdotuksia ovat esimerkiksi tapaamiskertojen lisääminen ja ryhmän vaikutusten seuraaminen pidemmällä aikavälillä.

LÄHTEET

Airaksinen, T. 2009. Toiminnallinen opinnäytetyö tekstinä. Dia-esitys. Luettu 19.9.2017. <https://www.slideshare.net/TiinaMarjatta/toiminnallinen-opinnytety-tekstin>

Broberg, M. & Hakovirta, M. 2009. Lapsistaan erillään asuvana isänä eron jälkeen. Teoksessa Forssén, K., Haataja, A. & Hakovirta, M. (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Väestöntutkimuslaitoksen julkaisusarja D 50/2009. Helsinki: VL- Markkinointi Oy ja Väestöliitto, 186-200.

Broberg, M. & Hakovirta, M. 2014. Isyys eron jälkeen. Teoksessa Eerola, P. & Mykkänen, J. (toim.) Isän kokemus. Helsinki: Gaudeamus, 114-126.

Carlson, J., Kendall, A. & Edleson, J. 2016. Becoming a Good Father: The Developmental Engine of First- Time Fatherhood. *Fathering*, Vol 13, No. 3. Winter 2015/2016, PP, 182-202.

Eerola, P. & Mykkänen, J. 2014. Isyyskokemusten jäljillä. Teoksessa Eerola, P. & Mykkänen, J. (toim.) Isän kokemus. Helsinki: Gaudeamus, 7-18.

Hakulinen, T., Onwen-Huma, H., Varsa, H., Pulkkinen, P. & Sandt, M. 2016. Sukupuolten tasa-arvo neuvolan asiakastyössä. Miten tukea vanhempia ja lapsia sukupuolten tasa-arvon näkökulmasta? *Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja* 2016:6. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Hellstén, S. & Salonen, S. 2011. Havaintoja isyyden kohtaamisesta sosiaali- ja terveyspalveluissa. Työpapereita 2/2011. Ensi- ja turvakotien liiton työpapereita 4. Miesten keskus. Helsinki. Luettu 12.8.2017. http://www.e-julkaisu.fi/ensi_ja_turvakotien_liitto/tyopaperit/havaintoja_isien_kohtaamisesta_sosiaali_ja_terveyspalveluissa/

Henttinen, J. 2013. Isien kokemuksia ryhmävertaistuesta lapsen kuoleman jälkeen. Tampereen yliopisto. Hoitotieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma

Huttunen, J. 2001. Isänä olemisen uudet suunnat. Juva: PS- kustannus.

Häkkänen-Nyholm, H. 2010. Lapsen vieraannuttaminen toisesta vanhemmasta erotilanteessa. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim* 126 (5): 499-505. Luettu 12.8.2017 <http://duodecimlehti.fi.elib.tamk.fi/duo98659>

Joenaho, H. 2012. Vuorovaikutus kasvokkaisissa vertaistukiryhmissä. Jyväskylän yliopisto. Viestintätieteen laitos. Pro gradu -tutkielma.

Jyväskylän yliopisto. 2015. Narratiivinen analyysi. Luettu 18.9.2017. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkujja/menetelmapolku/aineiston-analyysimenetelmat/narratiivinen-analyysi>

Jämsä, J. 2010. Miesten synnytyksenjälkeinen masennus. Teoksessa Jämsä, J. & Kallio-maa, S. (toim.) Isyyden kielletyt tunteet. Väestöliitto. Helsinki: VL- Markkinointi Oy, 60-75.

Kaskiluoto, H. 2015. Miehen kokemus merkityksellisistä suhteista eron jälkeisessä isyydessä. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Pro gradu -tutkielma.

Kauppinen, N. 2013. Eronjälkeinen selviytyminen ja onnistunut yhteistyö eroperheiden tarinoissa. Turun yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos. Lisensiaatintutkimus.

Kekkonen, M., Lilja, J. & Nieminen, K. 2013. Isätietoa. Asiaa isyydestä ja sen merkityksestä, työn ja perheen yhteensovittamisesta sekä isien kohtaamisesta lapsiperheiden palveluissa. Lahden ammattikorkeakoulu.

Kiiski, J. 2011. Suomalainen avioero 2000- luvun alussa. Miksi avioliitto puretaan, miten ero koetaan ja miten siitä selviydytään? Itä-Suomen yliopisto. Filosofinen tiedekunta. Väitöskirja.

Kinder, J. 2017. What Are Group Dynamics? – Definition & Theory. Study.com. Luettu 8.9. 2017. <http://study.com/academy/lesson/what-are-group-dynamics-definition-theory-quiz.html>

Kontula, O. 2013. Yhdessä vai erikseen? Tutkimus suomalaisten parisuhteiden vahvuuksista, ristiriidoista ja erojen syistä. Väestötutkimuslaitos Katsauksia E 47/2013. Helsinki: Väestöliitto ry.

Koskela, J. 2012. Avioero suomalaisen miehen kokemana. Ero ja erosta toipuminen prosessina. Itä-Suomen yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta. Väitöskirja.

Koskela, R. 2009. Ero lapsiperheessä – Miten tukea lasta ja vanhempia? Helsinki: Neuvo.

Lanne, V. 2014. Muuttuva isyys, erovanhemmuus ja sukupuoli. Diskurssianalyttinen tutkimus etä-isyyden ja sosiaalityön kohtaamisesta internetin keskustelupalstalla. Turun yliopisto. Sosiaalitieteiden laitos. Pro gradu -tutkielma.

Linnankoski, J. & Valtonen, M. 2008. Erosta elossa – Ero-opas miehille. Miessakit ry:n julkaisuja 2008:2. Helsinki: Miessakit ry.

Louhela, J. 2015. Narratiivinen ryhmä elämänmuutoksen tukena. Teoksessa Näkki, P. & Sayed, T. (toim.) Asiakastyön menetelmiä sosiaalialalla. Helsinki: Edita, 62-80.

Maistraatit. N.d. Isyyden tunnustamisen vahvistaminen. Luettu 12.8.2017. http://www.maistraatti.fi/fi/Palvelut/kotikunta_ja_vaestotiedot/Isyyden-tunnustamisen-vahvistaminen/

Mielenterveyden keskusliitto. N.d. Vertaistoiminta. Luettu 7.9.2017. <http://mtkl.fi/palvelut/vertaistoiminta/>

Miessakit ry. 2012. Isyys kuulluksi, näkyväksi ja osallistuvaksi. Isyyden Tueksi -hanke 2008-2014. Väliraportti. Luettu 12.8.2017. https://www.miessakit.fi/easydata/customers/miessakit/files/Liitetiedostot/isyyden_tueksi_valiraportti.pdf

Miessakit ry. 2015a. Nykyaikainen isyys kuulluksi, näkyväksi ja osallistuvaksi. Juhlavuoden artikkelisarja. Luettu 12.8. 2017. https://www.miessakit.fi/fi/miessakit_20-vuotta/juhlavuoden_artikkelisarja/?itemid=6968&a=viewItem

Miessakit ry. 2015b. Mies ja ero. Juhlavuoden artikkelisarja. Luettu 12.8.2017. https://www.miessakit.fi/fi/miessakit_20-vuotta/juhlavuoden_artikkelisarja/?itemid=6970&a=viewItem

Mykkänen, J. 2010. Isäksi tulon tarinat, tunteet ja toimijuus. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja.

Mykkänen, J. 2014. Isäksi tulon monet polut. Teoksessa Eerola, P. & Mykkänen, J. (toim.) Isän kokemus. Helsinki: Gaudeamus, 32-48.

Palojärvi, H. 2009. Vertaistuki voimaantumisen välineenä sosiaalityössä. Miten NO-VAT- ryhmä auttaa ja tukee, kun naisella on paha olo? Helsingin yliopisto. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Lisensiaatintutkimus.

Parkkari, J. 2015. Näin selvisin lapseni vieraannuttamisesta – isät kertovat. Yle. Luettu 12.8.2017. <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/07/31/nain-selvisin-lapseni-vieraannuttamisesta-isat-kertovat>

Pelkonen, M. & Hakulinen, T. 2015. Isyyden tunnustaminen neuvolassa – Muutokset äitiysneuvolatyössä. Sosiaali- ja terveysministeriö. Luettu 16.10.2017. <https://www.thl.fi/documents/605877/2204220/Isyyden+tunnustaminen+%C3%A4itiysneuvolassa.pdf/8cdb921c-9dcf-48ed-8ee4-e56949bda692>

Pernu, S. & Pohjola, M. 2011. Ero ja isyys. Opas eroperheiden kanssa työskenteleville. Luettu 12.8.2017. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/34074/Ero_ja_isyys_Opas_eroperheiden_kanssa_tyoskenteleville.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Perovuo, M. 2015. Miehen ei tarvitse selvitä erosta yksin. Yle. Luettu 12.8.2017 <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/05/05/miehen-ei-tarvitse-selvita-erosta-yksin>

Plihtari, E. 2010. Eron jälkeinen vanhemmuus etä-isän näkökulmasta. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen laitos. Pro gradu -tutkielma.

Reeves, J., Gale, L., Webb, J., Delaney, R. & Cocklin, N. 2009. Focusing on Young Men: Developing Integrated Services for Young Fathers. *Community Practitioner*. 2009; 82 (9): 18-21.

Salonen, M. 2012. Voimauttavan vertaisohjauksen käsikirja. Helsinki: Leijonaemot ry.

Salzmann- Erikson, M. & Eriksson, H. 2012. Fathers Sharing about Early Parental Support in Health-Care – Virtual Discussions on An Internet Forum. *Health and Social Care in the Community*. 2013, 381-390.

Santala, L. 2009. Miten vanhemmat järjestävät lapsen huollon ja asumisen eron jälkeen? Teoksessa Forssén, K., Haataja, A. & Hakovirta, M. (toim.) Yksinhuoltajuus Suomessa. Väestötutkimuslaitoksen julkaisusarja D 50/2009. Helsinki: VL- Markkinointi Oy ja Väestöliitto, 136-153.

Sokol, R. & Fisher, E. 2016. Peer Support for The Hardly Reached: A Systematic Review. American Journal of Public Health. 2016, Vol 106, No. 7.

Sosiaali- ja terveysministeriö. N.d. Huoltajuus, elatus, isyyden tunnustaminen. Luettu 12.8.2017. <http://stm.fi/huoltajuus>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Isien ja isyyden tukeminen äitiys- ja lastenneuvoiloissa. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2008:24.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015. Uusi isyyslaki mahdollistaa isyyden tunnustamisen jo äitiysneuvolassa. Tiedote 208/2015. Luettu 12.8.2017. http://stm.fi/artikkeli/-/asset_publisher/uusi-isyyslaki-mahdollistaa-isyiden-tunnustamisen-jo-aitiysneuvolassa

Sund, R. 2005. Ero! Selviytymisopas miehelle. Helsinki: Kirjastudio.

Tampereen kaupunki. 2017a. Ennen eroa. Luettu 16.8.2017. <https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheiden-palvelut/ero/ennen-eroa.html>

Tampereen kaupunki. 2017b. Perheneuvola. Luettu 16.8. 2017. <https://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheiden-palvelut/perheneuvola.html>

Tampereen kaupunki. 2017c. Perheoikeudelliset palvelut. Luettu 16.8.2017. <http://www.tampere.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/lapsiperheiden-palvelut/perheoikeudelliset-palvelut.html>

Tavi, H. 2015. Isyyden tunnustaminen siirtyy neuvolaan. Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti. Luettu 12.8.2017. <https://tesso.fi/artikkeli/isyyden-tunnustaminen-siirtyy-neuvolaan>

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. 2016. Isyyden tunnustaminen ja yhteishuoltosopimus ennen lapsen syntymää. Luettu 12.8.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/isyyden-selvittaminen/isyyden-tunnustaminen-ennen-lapsen-syntymaa>

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Lapsen huolto, tapaaminen ja asuminen. Luettu 12.8.2017. <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/erityiskysymykset/lapsenasema-erotilanteessa/lapsen-huolto-tapaaminen-ja-asuminen>

Tilastokeskus. 2016. Solmittujen avioliittojen määrä kääntyi lievään nousuun. Luettu 12.8.2017. http://www.stat.fi/til/ssaaty/2015/ssaaty_2015_2016-04-21_tie_001_fi.html

Tuomi, J. 2007. Tutki ja lue. Johdatus tieteellisen tekstin ymmärtämiseen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tuomi, M. 2008. Parisuhde päättyy – isyys jatkuu. Miesten kokemukset suhteista lasten äiteihin sekä isyydestä eron jälkeen. Turun yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Lisensiaatintutkimus.

Tuorila, H. 2013. Potilaan voimaantuminen ei horjuta vaan tukee asiantuntijaa. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 2013; 129(6):666-71. Luettu 7.9.2017 <http://www.duodecimlehti.fi/lehti/2013/6/duo10877>

Vartiainen, A. 2007. Vertaistuen merkitys terveydenhuollon sosiaalityössä jaksamiselle. Tampereen yliopisto. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitos. Pro gradu -tutkielma.

Vilkkä, H. 2015. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilkkä, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Väestöliitto. 2014. Siirtymä vanhemmuuteen. Luettu 12.8.2017. <https://www.perheai-kaa.fi/jutut/lapsi-tulossa/vanhemmuus/siirtyma-vanhemmuuteen/>

Väestöliitto. 2017a. Isyys. Luettu 12.8.2017. http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/avio-ja_avoliiton_lakitieto/isyys/

Väestöliitto. 2017b. Avioero ja yhteiselämän lopettaminen. Luettu 12.8.2017. http://www.vaestoliitto.fi/parisuhde/tietoa_parisuhteesta/avio-ja_avoliiton_lakitieto/avioero/

Väestöliitto. 2017c. Vanhemmuus ja ero. Luettu 28.8.2017. http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapset_ja_ero/vanhemmuus_ja_ero/

Wells, J. 2016. The Surprising Life Benefits of Becoming A Father. The Telegraph. Luettu 8.9.2017. <http://www.telegraph.co.uk/men/fatherhood/the-surprising-life-benefits-of-becoming-a-father/>

Öystilä, S. 2012. Ryhmädynamiikka ja ryhmän ohjaaminen. Eduta Oy. Luettu 8.9.2017. <http://www.redu.fi/loader.aspx?id=d1b0aca1-5c45-46b7-98b3-831826435e06>

LIITTEET

Liite 1. Vertaistukiryhmän ilmoitus

Vertaistukiryhmä eronneille etä-isille

Syksyllä 2017 alkaa ryhmä eronneille etävanhempina toimiville isille.

Ryhmässä on tarkoituksena käydä keskustelua isyydestä, etävanhempana toimimisesta ja eron aiheuttamista tunteista ja isien tukemisesta terveydenhuollossa.

Ryhmän avulla voi kokea, ettei ole yksin asioiden kanssa.

Ryhmässä käydään läpi jokaisen osallistujan erotarinaa ja isyyttä eron jälkeen.

Ryhmän tarkoituksena on antaa isille työkaluja ja tukea etävanhemmuuteen vertaistukitoiminnan kautta.

Jokainen määrittelee omat tavoitteensa, jotka käydään läpi ensimmäisellä kerralla.

Ryhmä on täysin luottamuksellinen.

Kuka voi osallistua?

Ryhmä on tarkoitettu eronneille etävanhempina toimiville isille.

Paikka

Perheiden talo, kulmahuone Itsenäisyydenkatu 21 B (1krs), 33500 Tampere

Tapaaminen ensimmäisellä kerralla Perheiden talon aulassa.

Tapaamiskerrat

1. 4.9 klo 18-20
2. 11.9 klo 18-20
3. 25.9 klo 18-20
4. 2.10 klo 18-20
5. 9.10 klo 18-20
6. 23.10 klo 18-20



Lisenssi: CC BY-SA 3.0 de

Ilmoittautuminen

Sähköpostitse osoitteeseen lotta.jamia@health.tamk.fi ja anniina.tenhunen@health.tamk.fi **3.9 mennessä**. Kaikkien ilmoittautuneiden kanssa sovitaan puhelinaika, jonka yhteydessä käydään keskustelua ryhmään osallistumisesta.

Ohjaajat

Tämä ryhmä toteutetaan osana Tampereen ammattikorkeakoulun terveydenhoitajan koulutusohjelman opinnäytetyötä. Ryhmänohjaajat ovat terveydenhoitajaopiskelijat Lotta Jämiä ja Anniina Tenhunen.

Ryhmä on maksuton

Liite 2. Palautekysely

Palautekysely

Vertaistukiryhmä eronneille etä-isille syksy 2017

1. Mikä sai sinut osallistumaan ryhmään?
2. Miltä ryhmässä olo sinusta tuntui?
3. Tuntuiko sinusta, että hyödyit ryhmästä? Jos hyödyit, miten? Jos et, mistä se johtui?
4. Onko jotain muuta, mitä haluaisit sanoa?

Kiitos osallistumisesta!